THORWALD DETHLEFSEN RUDIGER DAHLKE
Malattia e destino
Il valore e il messaggio della malattia
Traduzione e Presentazione di PAOLA GIOVETTI

EDIZIONI
Awimmm

Indice

1" Edizione 1986 Ristampa 1989 Ristampa 1990 Ristampa 1993 Ristampa 1995 Ristampa 1997 Ristampa 1998 Ristampa 1999 Ristampa 2000 Ristampa 2001 Ristampa 2002 Ristampa 2003 Ristampa gennaio 2005 Ristampa giugno 2005 Ristampa 2006 Ristampa 2007
Finito di stampare nel mese di ottobre 2007
ISBN 88 272 0075 4
Titolo originale dell'opera: KRANKHEITALS WEG ? (c) Copyright 1984 by Bertelsmann Verlag, MiinchenGermania ? Per l'edizione italiana: (c) Copyright 1986 by Edizioni Mediterranee Via Flaminia, 109 00196 Roma ? Printed in Italy ? S.T.A.R. Via L. Arati, 12 00151 Roma.

pag
7
11
Prefazione all'edizione italiana Premessa degli Autori
PRIMA PARTE
Premesse teoriche per la comprensione della malattia e della guarigione
1. Malattia e sintomi 15
2. Polarità e unità 27
3. L'ombra 49
4. Bene e male 57
5. L'uomo è malato 67
6. La ricerca della causa 73
7. Il metodo della domanda 85
7.
pagSECONDA PARTE

Prefazione all'edizione italiana

Le malattie e il loro significato

1. L'infezione

107
2. Il sistema difensivo

121
3. La respirazione

127
4. La digestione

139
5. Gli organi dei sensi

161

VISIT…

6. Il mal di testa

171
7. La pelle

179
8. I reni

187
9. Sessualità e gravidanza

199
10. Cuore e circolazione

213
11. Apparato locomotore e
nervi
223
12. Incidenti

237
13. Sintomi psichici

245
14. Il cancro (tumore maligno)
259
15. Che cosa si può fare?

269

di Paola Giovetti
Thorwald Dethlefsen, psicologo e psicoterapeuta di impostazione esoterica, è sempre stato un innovatore e per molti aspetti un provocatore per il suo particolare modo di affrontare i pazienti e i loro problemi. Ma forse appunto per questo i suoi metodi incontrano tanto interesse e ottengono tanto successo. Dethlefsen è stato uno dei primi a utilizzare la terapia della reincarnazione, a suo giudizio uno dei mezzi più efficaci per far prendere coscienza dei lati d'ombra della psiche e integrarli, in quanto - come egli stesso dice - " la grande ombra karmica supera e sovrasta l'ombra biografica di questa vita ", e non può quindi essere trascurata in una terapia globale.
Dethlefsen ha descritto questo suo originale approccio terapeutico in vari libri: Vita dopo Vita, L'esperienza della rinascita, Il destino come scelta.
In questo quarto libro, scritto in collaborazione col medico Rùdiger Dahlke, Dethlefsen approfondisce il discorso e tocca uno dei punti nevralgici del nostro tempo: quello della ma

lattia e del suo significato, mostrando come la malattia non sia un puro accidente, un disturbo casuale senza perché, ma esprima in ultima analisi gli aspetti repressi, temuti e accantonati (l'ombra...) della propria vita. Non bisogna quindi limitarsi a combatterla: occorre prima di tutto capirla.

Partendo dalla constatazione del duplice aspetto della medicina (l'alto livello tecnologico raggiunto e insieme il suo disagio, cui fa eco una crescente sfiducia dei pazienti che si rivolgono sempre più alla medicina naturale), l'Autore osserva come la carenza di base della medicina moderna sia quella di non considerare più l'uomo come un tutto, cioè un'unità inseparabile di corpo e anima, ma un insieme di tanti settori indipendenti da " riparare " via via che si guastano. Indispensabile quindi una medicina olistica, che consideri l'uomo globalmente, e indispensabile soprattutto una nuova concezione della malattia, o meglio una sua interpretazione in termini psicologici - e, perché no, metafisici.
Dethlefsen avverte subito che così facendo scrive un libro scomodo, che oltretutto non può accampare pretese di " scientificità " nel senso abituale e acquisito del termine; tuttavia sottolinea anche l'orizzonte che egli indica sarà quello al quale la medicina dovrà tendere in futuro, se non vorrà correre il rischio di arenarsi.
Il concetto di base è questo: il corpo in sé non è ammalato o sano, in lui si esprimono semplicemente le informazioni della coscienza, della psiche. Se queste sono ammalate o mancano di qualcosa, sono indotte a richiamare l'attenzione producendo quelle che noi definiamo malattie. Le malattie sono quindi un'informazione della coscienza che vuol far notare una sua necessità, un suo bisogno - e lo rivela sul corpo, che diviene così il suo modo e il suo livello di espressione.
È noto del resto che la medicina psicosomatica lavora già da tempo e in larga misura su queste basi, pur senza arrivare ad esprimersi con tanta chiarezza.
Per guarire bisogna quindi trasformare la coscienza, integrare ciò che manca, capire le carenze e colmarle.
Sia ben chiaro che Dethlefsen non intende sostituirsi alle cure mediche (sia quelle ufficiali che quelle naturali), che tanto spesso hanno effetti benefici: un paziente morto, osserva, non avrà più occasione di capire e quindi di evolversi. Vuole però far comprendere fino in fondo la malattia, interpretarne

il significato e integrarlo nella coscienza, perché soltanto così si può arrivare alla guarigione vera, che è. si fisica, ma è soprattutto psichica e spirituale. Vuole, in altre parole, invitare ad utilizzare la malattia come una " guida " capace di rivelare i veri problemi a livello esistenziale: un'alleata quindi, non una nemica; non un disturbo cieco e casuale, ma un mezzo per capire più profondamente se stessi e favorire il proprio cammino evolutivo.
Dethlefsen sollecita quindi un ribaltamento di impostazione, un'ottica diversa, perché un diverso modo di " guarire " è l'unica possibilità che abbiamo di crescere, di evolverci, di capire la nostra posizione nel cosmo e il nostro fine ultimo. Il paziente viene così coinvolto in prima persona, reso partecipe e responsabile del processo di guarigione che può cominciare solo dentro di lui: è lui in realtà l'unico e autentico artefice della propria terapia.
Questo è quindi un libro per chi sa vedere lontano e " leggere " i rapporti e i legami nascosti.
Un libro stimolante, come tutti gli altri di Dethlefsen, provocatorio nel senso migliore del termine, certamente educativo. Con un impagabile merito in più: ognuno può sperimentare su se stesso se la nuova ottica che Dethlefsen invita ad adottare sia esatta oppure no. Questa operazione esigerà dal lettore molta sincerità con se stesso, e forse la rinuncia a certi pregiudizi e punti di vista acquisiti e quindi comodi, ma - se portata avanti lealmente - potrà dare risultati stimolanti e insperati.
P. G.

Premessa degli Autori

I

Questo libro è scomodo perché sottrae alla malattia il ruolo di alibi per i nostri problemi insoluti. Noi intendiamo mostrare che il malato non è la vittima innocente delle imperfezioni della natura, bensì l'agente stesso della malattia. Non parleremo quindi delle sostanze che inquinano l'ambiente, dei guasti della civiltà, della vita malsana e di altri ben noti " responsabili ": quello che vorremmo mettere in luce è l'aspetto metafisico della malattia. I sintomi patologici, considerati da questo punto di vista, si rivelano espressioni fisiche di conflitti psichici e possono smascherare col loro simbolismo il problema centrale del paziente.
Nella prima parte di questo libro vengono presentate le premesse teoriche e la filosofia della malattia. Noi consigliamo vivamente di leggere con attenzione questa prima parte, magari più di una volta, prima di passare alla seconda parte.
Questo libro potrebbe essere definito la continuazione o anche l'esegesi dell'ultimo mio libro II destino come scelta; ci siamo tuttavia sforzati di dare a questo nuovo libro una sua

compiutezza. La lettura de II destino come scelta è peraltro un'ottima premessa o un completamento del presente volume, specialmente nel caso che la parte tecnica presenti delle difficoltà.
Nella seconda parte i più frequenti sintomi patologici vengono presentati nella loro forma simbolica e interpretati come espressioni di problemi psichici. Un elenco dei singoli sintomi posto alla fine del libro consente al lettore di individuare rapidamente ciascun determinato sintomo. Il nostro scopo primo è far si che il lettore diventi capace di considerare le cose in modo diverso e impari a riconoscere personalmente il significato e l'importanza dei sintomi.
Al tempo stesso abbiamo utilizzato il tema della malattia come spunto per molti argomenti esoterici ed esistenziali il cui significato supera l'ambito stretto della malattia. Questo libro non è difficile, ma non è neppure così semplice e banale come potrebbe sembrare a chi non lo capisce veramente. Non è un libro " scientifico " in quanto gli manca la prudenza della " presentazione scientifica ". È stato scritto per persone disposte a mettersi in cammino invece di sedersi sul bordo della strada e passare il tempo a dire frasi retoriche. Chi si pone come meta l'illuminazione, non ha tempo per la scienza: ha bisogno del sapere.
Questo libro incontrerà senza dubbio delle resistenze, ma noi speriamo che finisca nelle mani di quelle persone - poche o tante che siano - che intendono utilizzarlo come aiuto nella loro strada. Solo per queste persone l'abbiamo scritto!

PRIMA PARTE
PREMESSE TEORICHE PER LA COMPRENSIONE DELLA MALATTIA E DELLA GUARIGIONE

Monaco, febbraio 1983.

GLI AUTORI

1. Malattia e sintomi

L'intelletto umano non può capire la vera

iniziazione Ma se dubitate e non arrivate a comprendere, sono pronto a discuterne con voi.
Yoka Daishi, " SHODOKA "
Noi viviamo in un'epoca in cui la medicina moderna presenta continuamente alla gente stupita nuove testimonianze delle sue possibilità e capacità che risultano veramente meravigliose. Al tempo stesso si fanno sentire sempre più le voci di coloro che esprimono la loro totale sfiducia nei confronti della medicina moderna, che sembra essere in grado di fare quasi tutto. Diviene ogni giorno più alto il numero di coloro che nutrono più fiducia per i metodi, in parte molto antichi, della medicina naturale o dell'omeopatia che nei confronti dei metodi della nostra medicina ufficiale altamente scientifica. Gli appigli per la critica sono numerosi - effetti collaterali indesiderati, sparizione forzata dei sintomi, carenza di umanità, esplosione dei costi e altro ancora -, tuttavia molto più interessante dell'oggetto della critica è il fatto che questa critica ci sia, perché prima ancora che la critica si costruisca razionalmente, essa scaturisce dalla sensazione diffusa che qualcosa non fili più come dovrebbe e che la via imboccata non conduca alla meta che si sperava. Questo disagio della medicina viene av

vertito da molte persone, compresi molti giovani medici. L'accordo però svanisce in fretta quando si cominciano a delineare nuove soluzioni alternative. Ed ecco che alcuni vedono la salvezza nella socializzazione della medicina, altri nella sostituzione dei farmaci chimici con altri naturali fatti di erbe. Mentre certuni si aspettano la soluzione di tutti i problemi dallo studio delle radiazioni terrestri, altri giurano sull'omeopatia. L'agopuntura non si rivolge al piano morfologico ma a quello energetico del corpo fisico. Se si considerano tutti insieme questi metodi terapeutici non ufficiali, si parla di medicina olistica, una medicina cioè che tiene conto dell'uomo come unità fatta di corpo e di anima. Quasi tutti infatti si sono resi conto che la medicina ufficiale sta perdendo di vista l'uomo in quanto tale. L'alta specializzazione e l'analisi che stanno alla base della ricerca moderna e che portano ad esaminare sempre più da vicino i dettagli hanno fatto si che si perdesse di vista la globalità.
Se si considerano le vivaci discussioni e i vasti movimenti che avvengono in medicina, ci si accorge ben presto che essi si limitano ai diversi metodi e al loro funzionamento, mentre si parla ben poco di teorie e di filosofia della medicina. È vero che la medicina vive in larga misura di azioni concrete e pratiche, tuttavia è anche vero che ad ogni azione è sottesa - consapevolmente o inconsapevolmente - una filosofia. La medicina moderna non è carente quanto a possibilità di azione: quello che è carente, o manca del tutto, è la filosofia su cui questa azione è costruita. L'azione medica si è finora orientata solo in base alla funzionalità e all'efficacia: la carenza di tutti gli aspetti contenutistici le ha procurato la critica di essere " disumana ". Questo carattere disumano si manifesta in effetti in molte situazioni concrete, ma il problema non è risolvibile attraverso ulteriori modificazioni funzionali della situazione. Molti sintomi indicano che la medicina è malata. E proprio come tutti gli altri pazienti neppure la " paziente medicina " è guaribile agendo sui sintomi. Però la maggior parte dei critici della medicina ufficiale e i sostenitori delle cure alternative fanno proprie con assoluta naturalezza le concezioni e le mete della medicina ufficiale e dedicano tutte le loro energie unicamente

alla modificazione delle forme (cioè dei metodi). In questo libro vogliamo confrontarci in maniera nuova col problema della malattia e della guarigione, trascurando i con

sueti, tradizionali valori di base di questo campo, ritenuti da tutti intoccabili. Questo proposito rende difficile e pericoloso il nostro compito, perché non potremo fare a meno di mettere in discussione aspetti che sono considerati universalmente tabù. Siamo ben consapevoli del fatto che in questo modo facciamo un passo che certamente non è quello che la medicina farà nel suo prossimo sviluppo. Noi anzi scrivendo questo libro andiamo di colpo molto al di là dei passi che la medicina farà in futuro. Di conseguenza non ci proponiamo di contribuire allo sviluppo collettivo della medicina: ci rivolgiamo piuttosto a quegli individui la cui capacità di visione e comprensione precede di qualche lunghezza l'evoluzione collettiva, piuttosto pigra e lenta.
I processi funzionali non sono significativi in se stessi. Il significato degli eventi deriva unicamente dalla loro interpretazione, che ce ne svela il significato. Così per esempio la salita di una colonnina di mercurio, considerata isolatamente, non ha alcun significato; solo se interpretiamo questo fatto come espressione di un cambiamento di temperatura, il processo acquista valore. Quando gli uomini smettono di studiare e di interpretare i fatti di questo mondo e il proprio personale destino, sparisce ogni loro valore e significato. Per poter interpretare qualcosa, occorre un sistema di riferimento esterno al piano, all'interno del quale si manifesta l'evento da interpretare. Gli eventi di questo mondo materiale e formale possono essere interpretati soltanto portando in causa un sistema di riferimento metafisico. Solo quando il mondo visibile delle forme " diviene allegoria " (Goethe), acquista valore e significato per l'uomo. Come lettere e numeri sono i latori formali di un'idea ad essi sottesa, così tutto ciò che è visibile, concreto e funzionale è semplicemente espressione di un'idea e di conseguenza mediatore dell'invisibile. Usando un'espressione abbreviata, possiamo anche chiamare questi due campi forma e contenuto. Nella forma si esprime il contenuto, e in questo modo le forme acquistano significato. Le lettere che servono per scrivere restano per noi vuote e senza valore se non trasmettono alcuna idea e alcun significato. E neppure l'analisi più esatta dei segni potrebbe modificare questa situazione. Anche nell'arte questo rapporto è chiaro e comprensibile per tutti. Il valore di un quadro non dipende dalla qualità della tela e dei colori: le componenti materiali del quadro sono semplici latori e interpreti

di un'idea, di un'immagine interiore dell'artista. Tela e colori consentono di rendere visibile ciò che è invisibile e sono così l'espressione fisica di un contenuto metafisico.
Questi semplici esempi sono il tentativo di rendere più comprensibile il metodo su cui è costruito questo libro e di considerare i temi malattia e guarigione in termini di interpretazione. È evidente che in questo modo abbandoniamo nettamente e intenzionalmente il terreno della " medicina scientifica ". Non abbiamo alcuna pretesa di " scientificità " in quanto il nostro punto di partenza è totalmente diverso; ne consegue che le argomentazioni o le critiche scientifiche non potranno mai scalfire il nostro modo di vedere e considerare. Abbandoniamo intenzionalmente il campo scientifico perché esso si limita al piano funzionale, impedendo così di rendere trasparenti valore e significato. Un simile modo di procedere non è destinato ad essere condiviso da razionalisti e materialisti incalliti, ma da persone disposte a seguire i sentieri nascosti e non sempre logici della

coscienza umana. Validi aiuti in un simile viaggio attraverso l'anima umana sono> pensiero figurativo, fantasia, capacità di associazione, ironia e un orecchio capace di cogliere i sottintesi della lingua. Infine la nostra via richiede la capacità di sopportare paradossi e ambivalenze, senza dover necessariamente esigere chiarezza distruggendo uno dei poli.
In medicina e anche nel linguaggio corrente si parla delle più diverse malattie. Questo disordine linguistico mostra molto chiaramente il vasto malinteso che accompagna il concetto di malattia. Malattia è una parola che si dovrebbe in realtà usare soltanto al singolare, il plurale malattie è privo di significato come il plurale di salute. Malattia e salute sono concetti al singolare in quanto si riferiscono a uno stato dell'uomo e non, come oggi si usa dire, a organi o parti del corpo. Il corpo non è mai malato o sano, perché in lui si esprimono semplicemente le informazioni della coscienza. Il corpo non fa niente di sua propria iniziativa, cosa di cui ci si può facilmente convincere osservando un cadavere. Il corpo di un uomo vivo deve la sua funzionalità proprio a quelle due istanze immateriali che noi in genere chiamiamo coscienza (anima) e vita (spirito). La coscienza rappresenta l'informazione che si manifesta nel corpo e viene resa in questo modo visibile. La coscienza si comporta nei confronti del corpo come un programma radiofonico nei confronti di chi lo capta. Poiché la coscienza costituisce una qua

lità non materiale, autonoma, non è naturalmente un prodotto del corpo e non dipende dalla sua esistenza.
Qualunque cosa avvenga nel corpo di un essere vivente, è espressione di un'informazione corrispondente, ovvero condensazione di un'immagine corrispondente, di un'idea. Quando il polso e il cuore seguono un determinato ritmo, la temperatura corporea mantiene un certo calore, le ghiandole secernono ormoni o vengono formati antigeni, queste funzioni non prendono certo le mosse dalla materia, ma dipendono tutte da una corrispondente informazione, che a sua volta muove dalla coscienza. Quando le varie funzioni del corpo interagiscono in un determinato modo, si crea un modello che noi sentiamo armonico e che perciò chiamiamo salute. Se una funzione esce dai binari, mette più o meno in pericolo tutta l'armonia e noi parliamo allora di malattia.
Malattia significa dunque sparizione dell'armonia o la messa in discussione di un ordine che fino a questo momento era stato in equilibrio (vedremo in seguito che, considerata da un altro punto di vista, la malattia è in realtà la creazione di un equilibrio). Il turbamento dell'armonia avviene però nella coscienza sul piano dell'informazione e si limita a mostrarsi nel corpo. Il corpo è quindi il piano di espressione e realizzazione della coscienza e quindi anche di tutti i processi e i mutamenti che avvengono nella coscienza. Così come tutto il mondo materiale è soltanto il palcoscenico su cui prende forma il gioco delle immagini primigenie che in questo modo diviene allegoria, analogamente anche il corpo materiale è il palcoscenico sul quale si esprimono le immagini della coscienza. Quindi se una persona nella sua coscienza viene a mancare di equilibrio, questa situazione diviene visibile e sperimentabile nel corpo. Di conseguenza sarebbe fuorviante affermare che il corpo è ammalato - solo l'uomo può essere ammalato -, però questo male si rivela nel corpo sotto forma di sintomo. (Quando viene rappresentata una tragedia, non è il palcoscenico ma il pezzo teatrale ad essere tragico).
I sintomi sono tanti, però sono tutti espressione del medesimo evento, quello che noi chiamiamo malattia e si verifica sempre nella coscienza di una persona. Come un corpo senza coscienza non può vivere, allo stesso modo senza coscienza non può ammalarsi. A questo punto dovrebbe risultare chiaro che noi non aderiamo all'abituale suddivisione di malattie so

matiche, psicosomatiche, psichiche e mentali. Una concezione del genere serve più a impedire la comprensione di malattia che a facilitarla.
Il nostro modo di considerare corrisponde in qualche modo al modello psicosomatico, però con la differenza che applichiamo questo modo di vedere a tutti i sintomi e non facciamo nessuna eccezione. La differenza " somatico "/" psichico " può nel migliore dei casi riferirsi al piano in cui si manifesta un sintomo, ma è inutilizzabile al fine di localizzare la malattia. L'antiquato concetto di malattia mentale è totalmente fuorviante, perché la mente non può ammalarsi: si tratta semplicemente di sintomi che si manifestano a livello psichico, cioè nella coscienza di una persona.
In questa sede cercheremo di sviluppare un quadro unitario della malattia, in cui la differenziazione " somatico "/" psichico " si riferisce nel migliore dei casi soltanto al livello in cui il sintomo si manifesta.
La differenza concettuale tra malattia (piano della coscienza) e sintomo (piano fisico) fa si che il nostro modo di considerare si discosti alquanto dall'abituale analisi dei processi del corpo e si avvicini piuttosto al piano psichico, che ancora oggi è familiare a ben pochi. In questo modo agiamo come un critico che non cerca di migliorare una brutta commedia analizzando e trasformando le scene, gli arredi e gli attori, ma affronta direttamente la commedia stessa.
Se nel corpo di una persona si manifesta un sintomo, questo attira più o meno l'attenzione su di sé e spezza sovente in modo brusco la continuità della vita. Un sintomo è un segnale che calamita attenzione, interesse ed energia e mette quindi in discussione tutta la normale esistenza. Un sintomo esige da noi osservazione, che lo vogliamo o no. Questa interruzione, che sembra venire dall'esterno, noi la percepiamo come un disturbo e in genere abbiamo soltanto uno scopo: far sparire al più presto ciò che disturba {il disturbo). L'uomo non vuole avere disturbi, e in questo modo comincia la lotta contro il sintomo. Anche la lotta significa attenzione e dedizione, e così il sintomo riesce a far si che ci occupiamo di lui.
Dai tempi di Ippocrate la medicina ufficiale cerca di convincere l'ammalato che un sintomo è un fatto più o meno casuale, la cui causa è da ricercarsi nei processi funzionali, che

ci si sforza tanto di studiare. La medicina ufficiale evita con cura di interpretare il sintomo e toglie quindi importanza sia al sintomo stesso che alla malattia. In questo modo però il segnale perde la sua autentica funzione: i sintomi si sono trasformati in segnali insignificanti.
Per capire meglio facciamo un paragone; un'automobile possiede diverse spie che si accendono soltanto quando un'importante funzione dell'automobile non funziona più come dovrebbe. Se durante un viaggio si accende una di queste spie, la cosa non ci fa nessun piacere, in quanto si tratta di un segnale che ci sollecita a interrompere il viaggio. Nonostante il nostro comprensibile malumore sarebbe però sciocco prendercela con la spia: in fondo ci informa di un processo che altrimenti non saremmo stati capaci di individuare tanto presto, perché si svolge in una zona a noi " invisibile ". La spia accesa ci induce quindi a chiamare un meccanico, così che dopo il suo intervento la spia rimanga spenta e noi possiamo proseguire tranquillamente il nostro viaggio. Sarebbe però un grosso guaio se il meccanico si limitasse ad

eliminare la lampadina che ha fatto accendere la spia. La spia in questo caso sarebbe spenta - e questa era una cosa che desideravamo - ma il mezzo con cui lo scopo è stato raggiunto è troppo brutale e primitivo. È più ragionevole riparare il guasto che eliminare la spia. Per riparare il guasto occorre analizzare tutto il motore per renderci conto di che cosa non è in ordine. Era questo che la spia accesa voleva indurci a fare.
Il sintomo corrisponde in pieno alla spia della nostra automobile. Qualunque cosa si manifesti nel nostro corpo sotto forma di sintomo, è espressione visibile di un processo invisibile, di qualcosa che non è in ordine e che quindi dobbiamo analizzare. Anche in questo caso sarebbe sciocco prendersela col sintomo, e sarebbe addirittura assurdo volerlo eliminare rendendo impossibile la sua manifestazione. Il sintomo non deve essere represso, ma reso superfluo. Per ottenere questo, bisogna però distogliere lo sguardo dal sintomo e concentrare l'attenzione più in profondità, se si vuol capire quello che il sintomo vuole indicare.
Il problema della medicina ufficiale consiste proprio nell'impossibilità di fare questo passo, essa è troppo affascinata dal sintomo. Per questo mette sullo stesso piano sintomo e malattia, è cioè incapace di separare forma e contenuto. Così trat

ta con molta attenzione e abilità tecnica organi e parti del corpo, ma mai la persona che è ammalata. Cerca in tutti i modi di impedire la manifestazione dei sintomi, senza chiedersi che cosa ci sia sotto i sintomi. È sorprendente constatare quanto poco la situazione reale sia in grado di contrastare questa euforica caccia. In ultima analisi il numero dei malati non è affatto diminuito da quando è stata sviluppata la moderna medicina scientifica. Da sempre gli ammalati sono tanti, solo i sintomi si sono trasformati. Con le statistiche si cerca di velare questo fatto sconcertante, ma le statistiche si riferiscono soltanto a determinati gruppi di sintomi. Si annuncia con orgoglio la vittoria sulle malattie infettive, senza dire però quali altri sintomi si siano moltiplicati per importanza e frequenza in questo stesso periodo.
Una valutazione è seria solo quando invece dei sintomi considera " lo stato di malattia in sé ", e questa condizione non è mutata finora e certamente non muterà neppure in futuro. La malattia ha profonde radici nell'essere umano, profonde come quelle della morte, e non sarà certo con qualche espediente funzionale che sarà possibile toglierla di mezzo. Se si capisse la grandezza e la dignità della morte e della malattia, ci si renderebbe conto di quanto siano ridicoli i nostri sforzi per combatterle. Naturalmente ci si può proteggere da questa disillusione considerando morte e malattia semplici funzioni, in modo da poter continuare a credere alla propria grandezza e potenza. Riassumendo: la malattia è uno stato dell'uomo, indicante che l'uomo nella sua coscienza non è più in ordine, ovvero in armonia. Questa perdita dell'equilibrio interiore si manifesta nel corpo sotto forma di sintomo. Il sintomo è quindi latore di segnali e informazioni, in quanto interrompe, manifestandosi, il corso normale della nostra vita e ci costringe a dare importanza al sintomo. Il sintomo segnala che noi siamo malati come uomini, come esseri spirituali, cioè siamo finiti fuori dall'equilibrio delle nostre forze interiori. Il sintomo ci informa che qualcosa ci manca, che qualcosa non va. " Cosa c'è che non va? ", si chiedeva un tempo all'ammalato, che però rispondeva sempre indicando quello che aveva: " Ho dei dolori ". Oggi la domanda è più diretta e si chiede subito: " Che cos'ha? ". Queste due domande polari, " Che c'è che non va?

" e " Che cos'ha? ", sono molto istruttive, a ben considerare. Entrambe sono rivolte a un ammalato. Un ammalato ha

sempre qualcosa che non va, e questo qualcosa è nella sua coscienza; se tutto andasse bene sarebbe sano, cioè integro e perfetto. Se invece qualcosa non va, è ammalato. Questo stato si rivela nel corpo come sintomo, un sintomo che si ha. Così quello che si ha è espressione di quello che non va, di quello che manca. E questo qualcosa manca sempre a livello di coscienza, per questo si ha un sintomo.
Una volta che l'uomo ha capito la differenza tra malattia e sintomo, cambia di colpo il suo atteggiamento e il suo rapporto con la malattia. Non considera più il sintomo il suo maggior nemico, né si pone lo scopo di combatterlo e distruggerlo; al contrario scopre nel sintomo un compagno, che può aiutarlo a scoprire cosa gli manca e a superare la malattia vera e propria. Adesso il sintomo diventa una specie di insegnante che ci aiuta a preoccuparci della nostra personale evoluzione e presa di coscienza e che può anche mostrare molta severità e durezza se trascuriamo questa legge suprema. La malattia ha soltanto un fine: farci guarire.
Il sintomo può dirci che cosa ancora ci manca su questa strada, il che però presuppone che noi capiamo il linguaggio dei sintomi. Scopo di questo libro è imparare di nuovo il linguaggio dei sintomi. Diciamo imparare di nuovo perché questo linguaggio esiste da sempre e di conseguenza non deve essere scoperto, ma ritrovato. Tutto il nostro linguaggio è psicosomatico, il che significa che conosce i rapporti esistenti tra corpo e psiche. Se impariamo ad ascoltare questo doppio binario della lingua, ben presto sentiremo i nostri sintomi parlare e impareremo anche a capirli. I nostri sintomi hanno cose più importanti da dirci del nostro prossimo, perché sono partner più stretti, più intimi, ci appartengono totalmente e sono gli unici che ci conoscono davvero. Questo crea una sincerità che non è facilmente sopportabile. Il nostro migliore amico non oserebbe mai dirci in faccia la verità in modo così diretto e sincero, come fanno sempre i sintomi. Non fa quindi meraviglia il fatto che abbiamo dimenticato il linguaggio dei sintomi, perché si vive meglio se non si è sinceri fino in fondo! Tuttavia non basta non ascoltare e non capire per far sparire i sintomi. In qualche modo ci occupiamo sempre di loro. Se abbiamo il coraggio di ascoltarli e di entrare in comunicazione con loro, diventano dei bravissimi maestri sulla via che porta alla vera guarigione. Dicendoci che

cosa in realtà ci manca, facendoci capire ciò che dobbiamo consapevolmente integrare, ci danno la possibilità di rendere i sintomi stessi superflui grazie a processi di apprendimento e consapevolezza. Qui sta la differenza tra lotta alla malattia e trasmutazione della malattia. La guarigione nasce soltanto da una malattia trasmutata e mai da un sintomo vinto, perché la guarigione presuppone che l'uomo diventi più sano, cioè più integro, più perfetto. Guarigione significa sempre un avvicinamento alla salvezza, a quella integrità della coscienza che si può anche chiamare illuminazione. La guarigione avviene attraverso l'annessione di ciò che manca e non è quindi possibile senza una dilatazione di coscienza. Malattia e guarigione sono concetti paralleli che si riferiscono soltanto alla coscienza e non sono riferibili al corpo, un corpo può essere sano o ammalato. In lui possono riflettersi soltanto i corrispondenti stati di coscienza.

Su questo punto può essere eventualmente fatta una critica alla medicina ufficiale. Essa parla di guarigione senza prestare attenzione a quella dimensione che è l'unica capace di dare la guarigione. Non è nostra intenzione criticare il modo di agire della medicina, almeno finché essa non pretende di produrre guarigione. L'azione medica si limita a misure puramente funzionali, che in quanto tali non sono né buone né cattive, ma semplicemente interventi a livello materiale. Su questo piano la medicina è talora straordinariamente efficace; condannare in blocco i suoi metodi è ingiusto. Tuttavia tentare di modificare il mondo su principi soltanto funzionali è illusione. Chi ha capito il gioco, non deve necessariamente parteciparvi..., ma non ha il diritto di distogliere gli altri dal parteciparvi: in fondo anche il confronto con un'illusione fa compiere dei passi avanti.
Non è quindi tanto importante quello che si fa, quanto la consapevolezza di quello che si fa. Chi ci ha seguiti fino a questo punto, noterà che la nostra critica si rivolge sia alla medicina naturale che a quella ufficiale, in quanto anche la medicina naturale cerca di produrre " guarigione " attraverso processi funzionali, cerca di impedire le malattie e parla di vita sana. La filosofia è la stessa della medicina ufficiale, soltanto i metodi sono un po' meno velenosi e più naturali. (Un'eccezione è rappresentata dall'omeopatia, che in realtà non appartiene né alla medicina ufficiale né a quella naturale).
La strada che l'uomo deve seguire è quella dalla malattia

alla salvezza, dalla malattia alla guarigione e alla purificazione La malattia non è un disturbo casuale, e quindi sgradito che ci coglie per strada, la malattia è anzi la strada sulla quale l'uomo può incamminarsi verso la salvezza. Quanto più consapevolmente consideriamo la strada, tanto meglio 'potremo raggiungere la meta. Il nostro scopo non è combattere la malattia, ma utilizzata: per poterlo fare però dovremo prendere le mosse da più lontano.

2. Polarità e unità

Gesù disse loro:
Se fate diventare il due uno e quello che è interno come quello che è esterno e l'esterno come l'interno e ciò che è sopra come quello che è sotto e se fate del maschile e del femminile una cosa sola, così che il maschile non sia maschile e il femminile non sia femminile, se mettete più occhi al posto di un occhio e una mano al posto di un'altra mano e un piede al posto di un altro piede, una immagine al posto di un'altra immagine, allora entrerete nel Regno.
VANGELO di Tommaso, 22
Ci sentiamo indotti a riprendere anche in questo libro un tema che era già stato trattato ne " Il destino come scelta ": il problema della polarità. Da un lato vorremmo evitare noiose ripetizioni, dall'altro la comprensione del concetto di polarità è una premessa indispensabile per poter passare ad altre considerazioni e ad altri concetti. Del resto la polarità è un fattore importantissimo, che rappresenta il problema centrale della nostra esistenza.
Quando l'uomo dice io, si isola subito da tutto ciò che sente come nonio, come tu, e in questo modo l'uomo diventa prigioniero della polarità. Il suo io lo lega ora al mondo degli opposti, che si manifesta non solo nell'io e nel tu, ma anche in ciò che è interno e ciò che è esterno, in uomo e donna, buono e cattivo, giusto e sbagliato, eccetera. L'Ego dell'uomo gli impedisce di percepire nelle forme unità e completezza, o anche solo di immaginarle. La coscienza divide e spacca tutto in coppie di opposti, che noi viviamo sotto forma di conflitto se ci provocano, ci costringono a operare delle distinzioni e poi a

prendere delle decisioni. La nostra intelligenza non fa altro che dividere costantemente la realtà in unità sempre più piccole (analisi) e distinguere, tra queste unità (capacità di distinzione). Si dice quindi si a uno e contemporaneamente no al suo opposto, perché gli " opposti ", come è noto, si escludono. Però con ogni no noi cementiamo il nostro malessere, perché per stare bene non dovremmo mancare di niente. Forse cominciamo già a capire fino a che punto il tema malattiaguarigione è strettamente collegato alla polarità, e Io si può esprimere ancora più chiaramente: malattia è polarità, guarigione è superamento della polarità.
Dietro alla polarità sta l'unità, quell'uno che tutto abbraccia e in cui riposano gli opposti ancora non separati. Questa dimensione viene chiamata anche universo, che per definizione comprende tutto, per cui non può esistere nulla al di fuori di questa unità, di questo universo che tutto comprende. Nell'unità non c'è né mutamento, né trasformazione o evoluzione, perché l'unità non soggiace al tempo e allo spazio. L'unità/universo è in eterna pace; è puro essere, senza forma e senza attività. Dovrebbe colpire il fatto che tutte le definizioni di questa unità sono espresse al negativo, ovvero si limitano a negare qualcosa: senza tempo, senza spazio, senza mutamento, senza confini.
Ogni definizione positiva deriva dal nostro mondo spaccato e non è quindi applicabile all'unità. Dal punto di vista della nostra coscienza polare l'unità appare quindi come nulla. Questa formulazione è esatta, tuttavia produce spesso in noi associazioni sbagliate. Specialmente gli occidentali reagiscono per lo più con delusione se per esempio vengono a sapere che lo stato cui tende la filosofia buddhista, il " Nirvana ", significa più o meno nulla (letteralmente: svanire, smarrirsi, perdersi). L'Ego dell'uomo vuole sempre avere qualcosa che è al di fuori di lui e non gli fa alcun piacere venire a sapere che deve semplicemente perdersi per poter essere una cosa sola col tutto.
Nell'unità tutto e nulla diventano una cosa sola. Il nulla rinuncia ad ogni manifestazione e limitazione e sfugge quindi alla polarità. L'origine prima di tutto ciò che è, è il nulla (il ain Soph della Kabbala, il Tao dei cinesi, il NetiNeti degli indiani). È l'unica cosa che realmente esiste, senza inizio e senza fine, di eternità in eternità.
Di questa unità possiamo parlare, però non riusciamo ad

immaginarcela. Tuttavia la polarità è sperimentabile e acquisibile fino a un certo livello, se l'uomo con determinate tecniche di meditazione o esercizi sviluppa la capacità di unificare almeno per breve tempo la polarità della sua coscienza. Essa si sottrae comunque sempre ad ogni descrizione verbale o analisi di pensiero, perché la premessa del nostro pensiero è appunto la polarità. La conoscenza è impossibile senza polarità, senza la divisione in soggetto e oggetto, di colui che conosce e ciò che viene conosciuto. Nell'unità non c'è conoscenza, c'è soltanto essere. Nell'unità cessa ogni nostalgia, ogni volontà e ogni tensione, finisce ogni movimento, perché non esiste più qualcosa di esterno verso cui si possa tendere. È un vecchio paradosso che soltanto nel nulla si possa trovare la pienezza.
Rivolgiamo ora di nuovo la nostra attenzione al campo che invece possiamo sperimentare direttamente. Noi tutti possediamo una coscienza polare che fa si che il mondo ci appaia appunto polare. È importante rendersi conto del fatto che non è il mondo ad essere polare, ma la nostra coscienza, quella attraverso la quale facciamo esperienza del mondo. Consideriamo le leggi della polarità attraverso un esempio concreto come il respiro, che trasmette all'uomo l'esperienza di base della polarità. Inspirazione ed

espirazione si alternano costantemente e formano così un ritmo. Il ritmo però non è altro che l'alternanza continua di due poli. Il ritmo è il modello di base di tutto ciò che vive. È quanto intende dire la fisica quando afferma che tutte le manifestazioni possono ridursi a vibrazioni. Se si distrugge il ritmo, si distrugge la vita, perché la vita è ritmo. Chi si rifiuta di espirare, non potrà poi neppure inspirare. Da questo vediamo che l'inspirazione deriva dall'espirazione e senza il suo polo opposto non potrebbe esistere. Un polo vive dell'altro polo. Se eliminiamo un polo, sparisce anche l'altro. L'elettricità nasce dalla tensione tra due poli: se togliamo un polo, l'elettricità sparisce totalmente.
L'immagine riportata a pag. 30 è un rebus famoso, che consente ad ognuno di capire bene il problema della polarità. La polarità qui si esprime così: primo piano/sfondo, o espresso più chiaramente: volti/vaso. Io capto una delle due possibilità a seconda che consideri sfondo la parte bianca o la parte nera. Se interpreto la parte nera come sfondo, la zona bianca diventa primo piano e io vedo un vaso. La percezione si inverte se considero il bianco come sfondo e il nero come primo

piano, e allora si rivelano i profili dei due volt!. Questo gioco ottico ci interessa per capire cosa avviene in noi se capovol giamo l'ottica della percezione. I due elementi figurativi vaso/ volti sono presenti entrambi contemporaneamente nell immagi ne ma costringono chi osserva a una decisione nel senso di o/o: o vediamo il vaso, o vediamo i volti. Nel migliore dei casi possiamo percepire i due aspetti di questa immagine uno dopo l'altro, ma è molto difficile percepirli entrambi contemporanea mente.
Questo gioco ottico è un buon mezzo per capire la polarità. Qui il polo nero è dipendente da quello bianco e viceversa. Se si toglie dall'immagine un polo (sia quello bianco che

quello nero, è indifferente), sparisce tutta l'immagine coi suoi due aspetti. Anche qui il nero trae vita dal bianco, il primo piano nasce dallo sfondo, proprio come l'inspirazione deriva dall'espirazione o il polo positivo della corrente elettrica trae vita da quello negativo. Questa alta dipendenza dei due opposti ci mostra che dietro ad ogni polarità sta evidentemente un'unità, che noi uomini con la nostra coscienza non riusciamo a riconoscere e percepire come unità, ovvero a livello di contemporaneità. Siamo così costretti a dividere ogni unità in due poli e a considerarli separatamente, uno dopo l'altro.
È qui del resto che nasce il tempo, questo ingannatore che deve la sua esistenza soltanto alla polarità della nostra coscienza. Le polarità si rivelano così semplicemente come due aspetti di una medesima realtà, che noi però possiamo considerare soltanto in due momenti successivi. Dipende quindi dalla nostra angolazione vedere un lato della medaglia oppure l'altro. Le polarità sembrano opposte soltanto all'osservatore superficiale, soltanto a lui sembra che esse si escludano l'una con l'altra, ma ad un'osservazione più attenta risulta che le polarità formano un'unità e dipendono l'una dall'altra per la loro esistenza. La scienza ha fatto per la prima volta questa esperienza fondamentale studiando la luce.
Ci sono due opinioni opposte sulla natura dei raggi luminosi: una sostiene la teoria ondulatoria, l'altra la teoria corpuscolare: le due

teorie si escludono a vicenda. Se la luce è costituita da onde, non è costituita da particelle e viceversa, o una cosa o l'altra. Nel frattempo si è però venuti a sapere che questo " o "/" o " è un falso problema. La luce è sia onda che corpuscolo. Io però vorrei capovolgere questa espressione: la luce non è né onda né corpuscolo. La luce nelle sua unità è luce - e come tale non è concepibile per la coscienza umana che è polare. Questa luce si manifesta semplicemente all'osservatore ora come onda ora come particella a seconda dell'angolatura da cui lui la considera.
La polarità è come una porta che su un lato reca la scritta entrata e sull'altro lato la scritta uscita, è sempre la medesima porta, però a seconda del lato da cui noi ci avviciniamo vediamo uno dei due aspetti del suo essere. Quest'obbligo di dividere l'unità in aspetti che noi poi consideriamo uno dopo l'altro fa nascere il tempo, poiché solo la coscienza polare trasforma la contemporaneità dell'essere in una successione. Come dietro

la polarità sta l'unità, dietro al tempo sta l'eternità. Quando si parla di eternità bisognerebbe fare attenzione al fatto che in senso metafisico essa significa mancanza di limiti temporali, e non un lungo continuo di tempo di cui non si vede la fine, come la teologia cristiana ha frainteso.
Se si considerano le lingue antiche, ci si può render conto bene che sono stati la nostra coscienza e il nostro desiderio di conoscenza a spaccare in opposti ciò che in origine era unità. Evidentemente l'uomo anticamente riusciva meglio a vedere l'unità dietro le polarità, perché nelle lingue antiche molte parole possiedono ancora la polarità. Solo in un successivo sviluppo della lingua si cominciò, in genere spestando o modificando le vocali, a portare decisamente verso un solo polo la parola originariamente ambivalente. (Già Sigmund Freud prestò attenzione a questo fenomeno nel suo scritto " Controsenso delle parole antiche! "). Non è difficile individuare la radice comune che unisce per esempio queste parole latine: clamare = gridare e clam = silenzioso, oppure siccus - secco, asciutto e sucus - succo; altus significa sia alto che profondo. In greco pharmacon significa sia veleno che medicina. In tedesco le parole stumm - muto e Stimme - voce sono strettamente imparentate, e in inglese possiamo vedere tutta la polarità nella parola without, che letteralmente significa con senza, ma il cui significato reale corrisponde soltanto a uno dei due poli, ovvero senza. Ancora più vicino al nostro tema ci porta la parentela linguistica di bòs e bass. La parola bass fa parte dell'antico alto tedesco e significa buono, mentre bòs significa cattivo. Alla stessa radice appartiene anche l'inglese bad = male. Questo fenomeno linguistico che in origine portava ad usare una sola parola per i poli opposti, come per esempio buono e cattivo, mostra con la massima evidenza la comunità che si cela dietro ogni polarità. Di questa parità di buono e cattivo ci occuperemo anche in seguito; fin d'ora però fa capire quali conseguenze enormi abbia la comprensione del tema " polarità ".
La polarità della nostra coscienza la sperimentiamo soggettivamente nell'alternanza di due stati di coscienza che si distinguono nettamente uno dall'altro: veglia e sonno. Questi due stati di coscienza noi li viviamo come corrispondenza interiore alla polarità esteriore giornonotte in natura. Così parliamo spesso anche di una coscienza diurna e di una coscienza notturna

dell'anima. Strettamente collegata a questa polarità è anche la distinzione in una coscienza superiore e in un inconscio. Così durante il

giorno noi viviamo come inconscio quell'ambito della coscienza che è proprio della notte e da cui sgorgano i sogni. La parola inconscio non è, a ben considerarla, un'espressione felice, perché il prefisso in nega la parola che segue, conscio (come avviene in incolpevole, infelice, ecc.), ma proprio questa negazione non centra la situazione. Inconscio non è sinonimo di privo di coscienza. Nel sonno ci troviamo semplicemente in un altro stato di coscienza. Di una coscienza non esistente, non presente non si può parlare. L'inconscio quindi non è l'assenza di uno stato di coscienza, ma soltanto una classificazione molto unilaterale della coscienza diurna, che stabilisce che evidentemente c'è ancora qualcosa che però non si riesce a definire con un termine. Ma perché noi ci identifichiamo con tanta naturalezza con la coscienza diurna?
Da quando si parla di psicologia del profondo, siamo abituati a immaginare la nostra coscienza come a strati e a distinguere un superconscio, un subconscio e un inconscio.
Questa suddivisione in superiore e inferiore non è obbligatoria, ma corrisponde a una sensazione spaziale simbolica, secondo cui il cielo e la luce appartengono al polo superiore, la terra e l'oscurità al polo inferiore dello spazio. Se volessimo

/ limitato >v
/ soggettivo \
/ " superconscio " \
" subconscio "

tentare di rappresentare graficamente questo modello di coscienza, si potrebbe disegnare la figura sopra indicata.
Il cerchio simboleggia qui la coscienza che tutto comprende, che è senza limiti ed eterna. La periferia del cerchio non è quindi un confine, ma semplicemente un simbolo per ciò che tutto abbraccia. L'uomo è limitato dal suo Io, e questo dà origine alla sua supercoscienza soggettiva, limitata. In questo modo egli non ha accesso al resto, ovvero alla coscienza cosmica, che è per lui inconscia (C.G. Jung chiama questo livello " inconscio collettivo "). La linea di demarcazione tra il suo Io e il restante " mare di coscienza " non è però assoluta, la si potrebbe piuttosto definire una sorta di membrana permeabile da entrambe le parti. Questa membrana corrisponde al subconscio. Essa comprende sia contenuti che sono derivati dal superconscio (dimenticati), sia contenuti che emergono dall'inconscio, come intuizioni, sogni, visioni, sensazioni. Se una persona si identifica molto decisamente solo col suo superconscio, accantonerà il più possibile la permeabilità del subconscio, in quanto i contenuti inconsci vengono vissuti come estranei e quindi suscitano paura. Un'alta permeabilità può portare fino a una sorta di medianità. Lo stato dell'illuminazione o della coscienza cosmica si raggiungerebbe rinunciando ai confini, così che supercoscienza e inconscio divengono una cosa sola. Questo passo però equivale all'annientamento dell'Io, la cui esistenza dipende invece dai limiti. Nella terminologia cristiana questo passo viene descritto con le parole: " Io (superconscio) e mio padre (inconscio) siamo una cosa sola ".
La coscienza umana trova la sua espressione corporea nel cervello, e la capacità tipicamente umana di distinzione e valutazione viene attribuita alla corteccia cerebrale. Non c'è quindi da stupirsi che la polarità della coscienza umana si rispecchi nell'anatomia del cervello. È noto che il cervello si divide in due emisferi, collegati dal cosìddetto " corpo calloso ". La medicina nel passato ha tentato di affrontare vari sintomi,

tra cui l'epilessia e i dolori insopportabili, tagliando chirurgicamente questo corpo calloso e interrompendo così tutti i collegamenti a livello di nervi tra i due emisferi (commisurotomia). Un intervento di grande portata, che però non dava i risultati sperati. In questo modo si è scoperto che evidentemente i due emisferi costituiscono due cervelli autonomi, che possono fare il loro lavoro anche indipendentemente uno dall'altro. Se però

si sottoponevano i pazienti i cui due emisferi erano stati separati a più precise condizioni di controllo, risultava con sempre maggiore chiarezza che i due emisferi si differenziavano decisamente per caratteristiche e competenze. Noi sappiamo che le vie nervose si incrociano lateralmente e quindi la metà destra del corpo umano viene innervata dalla metà sinistra del cervello, mentre la metà sinistra del capo viene innervata dall'emisfero destro. Se si bendano gli occhi al nostro paziente e gli si mette nella mano sinistra per esempio un cavatappi, lui non riesce a trovare il nome che appartiene all'oggetto che sta maneggiando, mentre invece riesce a usarlo senza alcuna difficoltà. Questa situazione si capovolge se gli si mette l'oggetto nella mano destra: ora sa dire il nome esatto, ma non sa come usare l'oggetto.
Al pari delle mani, anche orecchie e occhi sono collegati con le metà cerebrali opposte. In un altro esperimento a una paziente, cui era stato inciso il corpo calloso, furono presentate separatamente all'occhio destro e a quello sinistro diverse figure geometriche. A un certo punto le fu proiettato nel campo visivo dell'occhio sinistro la fotografia di un atto sessuale, in modo che questa immagine poteva essere percepita soltanto dalla metà cerebrale destra. La paziente arrossì e ridacchiò, però alla domanda dello sperimentatore che le chiedeva che cosa avesse visto rispose: " Niente, solo un lampo di luce ", e continuò a ridacchiare. L'immagine percepita dall'emisfero destro porta quindi a una reazione, che però non può essere vissuta col pensiero o espressa a parole. Se vengono inviati odori alla narice sinistra, c'è una reazione corrispondente, però il paziente non riesce a definire l'odore. Se si mostra al paziente una parola composta, come per esempio " attaccapanni ", in modo tale che l'occhio sinistro possa leggere la prima parte " attacca " e l'occhio destro la seconda parte, " panni ", il paziente legge semplicemente " panni ", perché la parola " attacca " non può essere analizzata linguisticamente dalla metà destra del cervello.
Questi esperimenti sono stati recentemente sempre più perfezionati e hanno portato a scoperte che potrebbero essere riassunte in questo modo: entrambe le metà cerebrali si differenziano chiaramente nel loro campo di funzione e prestazione e nelle loro rispettive competenze. L'emisfero sinistro potrebbe essere definito " l'emisfero verbale ", perché è responsabile del

la logica e della struttura della lingua, della lettura e della scrittura. Esso suddivide analiticamente e razionalmente tutti gli stimoli di questo mondo, ed è responsabile anche dei calcoli e dei conti. Inoltre anche la sensazione del tempo è localizzata nell'emisfero sinistro.

Nella metà destra del cervello troviamo tutte le capacità polari: invece dell'analisi troviamo la capacità di captare nella loro globalità rapporti complessi, modelli e strutture. Questa metà del cervello consente di risalire al tutto (forma) sulla base di una piccola parte (pars prò toto). Con ogni probabilità dobbiamo alla metà destra del cervello anche la capacità di capire e ordinare valori logici (concetti superiori, astrazioni), che in realtà non esistono. Nella metà destra troviamo semplicemente forme espressive arcaiche che più che una sintassi formano suoni e associazioni. Sia la lirica che il linguaggio degli schizofrenici ci danno una buona idea del linguaggio dell'emisfero destro. Qui è localizzato anche il pensiero analogico e il rapporto coi simboli. La metà destra è responsabile degli aspetti figurativi e onirici dell'anima e non dipende dal concetto di tempo dell'emisfero sinistro.
A seconda delle attività che una persona svolge, è dominante una o l'altra delle due parti del cervello. Così per esempio il pensiero logico, il leggere, scrivere e far di conto richiedono il predominio dell'emisfero sinistro, mentre ascoltare musica, sognare, immaginare e meditare sviluppano maggiormente l'emisfero destro. Nonostante il predominio dell'uno o dell'altro emisfero, l'uomo sano dispone sempre anche delle informazioni dell'emisfero non dominante, in quanto il corpo calloso provvede a un costante scambio di informazioni. La specializzazione polare dei due emisferi coincide perfettamente con antichissime dottrine esoteriche polari. Nel taoismo i due principi primi furono chiamati Yang (il principio maschile) e Yin (il principio femminile); in essi si suddivide l'unità del Tao. Nella tradizione ermetica questa medesima polarità fu espressa attraverso il simbolo " sole " (maschile) e " luna " (femminile). Lo Yang cinese, ovvero il sole, è simbolo del principio attivo, positivo, maschile, che espresso in termini psicologici corrisponderebbe alla coscienza diurna. Lo Yin, o principio lunare, comprende il principio negativo, femminile, ricettivo e corrisponde all'inconscio dell'uomo.
Queste polarità classiche si possono trasferire facilmente an

SINISTRA
logica
linguaggio (sintassi, grammatica)
Emisfero verbale:
leggere
scrivere
calcolare
contare
suddivisione del mondo circostante
pensiero digitale
pensiero lineare
dipendenza dal tempo
analisi
intelligenza

DESTRA
percezione della forma comprensione della globalità sensazione dello spazio linguaggio arcaico
musica
percezione olfattiva
ideale
idea conclusa del mondo
pensiero analogico
simbolismo
mancanza di tempo
distica
valori logici

intuizione

YANG YIN
\+ -
sole luna
maschile femminile
giorno notte
cònscio inconscio
vita morte
SINISTRA DESTRA
attività passività
elettrico magnetico
acido alcalino
metà destra del corpo metà sinistra del corpo
mano destra mano sinistra

che ai risultati della ricerca sul cervello. L'emisfero sinistro è Yang, maschile, attivo, dotato di supercoscienza e corrisponde al simbolo del sole e quindi al lato diurno dell'uomo. L'emisfero sinistro innerva anche la parte destra, ovvero quella attiva, virile, del corpo. L'emisfero destro è Yin, negativo, femminile. Corrisponde al principio lunare, ovvero al lato notturno o inconscio dell'uomo e innerva di conseguenza la metà destra del corpo umano. Per una più facile classificazione si veda la tabella.
Singole correnti moderne della psicologia cominciano già a capovolgere di 90° la vecchia topografia orizzontale della coscienza (Freud) e a sostituire i concetti di superconscio e inconscio con emisfero sinistro e destro. Questo cambiamento di nomi è però soltanto un problema di forma e cambia di ben poco i contenuti, come mostra il confronto reperibile nella nostra classificazione. Sia la topografia orizzontale che quella verticale sono soltanto una specificazione dell'antico simbolo cinese chiamato " Tai Chi ", che suddivide un cerchio in una metà bianca e in una metà nera, ognuna delle quali (interezza, unità) contiene un nucleo di polo opposto (un punto di colore contrario). L'unità si suddivide nella nostra coscienza in polarità, che si completano a vicenda.
È facile rendersi conto fino a che punto sarebbe ammalata una persona che possedesse soltanto una delle due metà cerebrali; e altrettanto ammalata è la normale concezione del mondo che oggi chiamiamo scientifica, in quanto appunto è la

Topografia orizzontale della coscienza
Topografia verticale della coscienza

concezione dell'emisfero sinistro. Da questo punto di vista c'è soltanto ciò che è razionale, ragionevole, concreto/analitico, esistono solo manifestazioni dipendenti da causalità e tempo. Una simile concezione razionale del mondo è solo una mezza verità, perché è quella di mezza coscienza, ovvero di mezzo cervello. Tutti quei contenuti della coscienza che tanto facilmente vengono sminuiti e definiti irrazionali, irragionevoli, fantasiosi, occulti sono semplicemente la capacità di polo opposto dell'uomo di considerare il mondo.
Quanto sia diversa la valutazione con cui per lo più vengono considerati questi due punti di vista che si completano a vicenda, lo dimostra il fatto che studiando le diverse capacità delle due metà cerebrali sono state individuate e descritte rapidamente le prestazioni del lato sinistro, mentre si è dubitato per molto tempo del significato dell'emisfero destro, il quale non sembrava produrre effetti ragionevoli. La natura invece valuta molto di più le prestazioni dell'emisfero destro, quello irrazionale, perché in una situazione di pericolo passa automaticamente dal dominio della metà sinistra al dominio della metà destra, in quanto una situazione pericolosa non può essere fronteggiata adeguatamente da un procedimento analitico Col dominio dell'emisfero destro, grazie alla capacità di captare globalmente la situazione, viene offerta la possibilità di agire in modo tranquillo e adatto al momento. Da questo trasferimento di " consegne " dipende anche il fenomeno, noto da tempi antichissimi, del cosìddetto film della vita. In prossimità della morte l'uomo considera ancora una volta tutta la sua vita, ovvero rivive ancora una volta tutte le situazioni della sua vita - un buon esempio di ciò che nelle pagine precedenti abbiamo definito assenza del concetto di tempo della metà destra del cervello.
L'importanza della teoria degli emisferi consiste a nostro parere nel fatto che la scienza ha potuto rendersi conto di quanto unilaterale e monca fosse la sua attuale concezione del mondo; studiando l'emisfero destro ha visto che è giusto e necessario adottare un altro modo di considerare il mondo. Al tempo stesso ci si è resi conto che la legge di polarità è la legge fondamentale del mondo, tuttavia per lo più la scienza è incapace di compiere un passo del genere essendo appunto incapace di pensare in maniera analogica (emisfero destro).
Questo esempio dovrebbe renderci ancora una volta evi

dente la legge di polarità: nella coscienza umana la legge di polarità fa sì che l'unità si suddivida in due poli opposti. I due poli si completano e si compensano reciprocamente e per esistere hanno bisogno del polo opposto. La polarità fa sì che siamo incapaci di considerare contemporaneamente i due aspetti di un'unità e ci costringe alla successione, da cui nascono i fenomeni del " ritmo ", del " tempo " e dello " spazio ". Se una coscienza polare vuole descrivere verbalmente l'unità, può farlo solo ricorrendo a un paradosso. Il vantaggio che ci presenta la polarità è la possibilità di conoscenza, che senza polarità non sarebbe agibile per noi. Scopo e desiderio di una coscienza polare è superare la condizione di malessere condizionata dal tempo e diventare di nuovo sana, cioè intera.
Ogni via di guarigione o iniziazione porta dalla polarità all'unità. Il passo dalla polarità all'unità è un mutamento qualitativo così radicale che per la coscienza polare risulta difficile, addirittura a volte impensabile. Tutti i sistemi metafisici, le religioni e le scuole esoteriche insegnano unicamente questa via che dalla polarità porta all'unità. Dal che necessariamente deriva che tutti questi insegnamenti non sono affatto interessati a un " miglioramento di questo mondo ", ma a un " abbandono di questo mondo ".
Proprio questo aspetto è il grande punto di partenza di tutti i critici e gli avversari di questi insegnamenti. Essi fanno riferimento a tutte le

ingiustizie e ai bisogni di questo mondo, e rifiutano gli insegnamenti di orientamento metafisico accusandoli di essere asociali e privi di amore in quanto si occupano soltanto della propria personale, egoistica redenzione. Fuga dal mondo e impegno carente sono le accuse più frequenti rivolte a queste dottrine. Purtroppo i critici si guardano bene dall'approfondire questi insegnamenti prima di combatterli e così si finisce per mescolare troppo in fretta i propri punti di vista con un paio di malintesi concetti desunti da altre dottrine, e si definisce tutto questo " critica ".
Malintesi di questo genere sono molto antichi. Gesù insegnò esclusivamente questa via, quella che dalla polarità porta all'unità - e non fu capito fino in fondo nemmeno dai suoi discepoli (Giovanni rappresenta l'eccezione). Gesù chiamò la polarità questo mondo e l'unità regno dei cieli, o la casa di mio Padre, o anche molto semplicemente Padre. Ripete che il suo regno non era di questo mondo e insegnò la via che

porta al Padre. Tuttavia tutto quello che diceva fu inteso prima di tutto in senso concreto e materiale, e riferito a questo mondo. Il Vangelo di Giovanni mostra capitolo per capitolo questo malinteso: Gesù parla del tempio che vuole ricostruire in tre giorni - e i discepoli pensano al tempio di Gerusalemme, mentre Gesù vuol intendere il suo corpo. Gesù parla con Nicodemo della rinascita nello spirito, ma Nicodemo pensa alla nascita di un bambino. Gesù alla fonte parla alla donna dell'acqua della vita, e lei pensa all'acqua come bevanda. Gli esempi sono un'infinità, perché Gesù e i suoi discepoli avevano punti di riferimento totalmente diversi. Gesù tenta di dirigere l'attenzione dell'uomo sul valore e l'importanza dell'unità, e i suoi ascoltatori restano disperatamente attaccati al mondo polare. Non conosciamo una sola sollecitazione di Gesù a migliorare questo mondo e a trasformarlo in un paradiso - ma in ogni sua frase Gesù sollecita l'uomo a osare di fare il passo che porta alla salvezza.
Questa via però suscita sempre paura, perché passa attraverso il dolore e lo spavento. Il mondo può essere superato solo se lo si prende su di sé; il dolore può essere annullato solo accettandolo, perché il mondo è sempre anche dolore. L'esoterismo non insegna a fuggire il mondo, ma a superarlo. Superamento del mondo equivale però a " superamento della polarità ", che corrisponde esattamente al compito dell'Io, dell'Ego, perché ottiene interesse solo chi non si fa schermo dell'Io per isolarsi dall'essere. È abbastanza ironico che una via che ha come fine l'annientamento dell'Ego e la fusione col tutto venga definita " via egoistica di salvezza ". Inoltre la motivazione di queste vie di salvezza non consiste nella speranza in un " aldilà migliore " o in una " ricompensa per i dolori di questo mondo " (" oppio dei popoli "), ma nella comprensione del fatto che questo mondo concreto in cui viviamo ha un senso soltanto se ha un punto di riferimento a lui esterno. Per fare un esempio: se si' frequenta una scuola che non ha fini né conclusioni, in cui si impara solo per imparare, senza prospettive, senza un termine, senza uno scopo, l'imparare diventa privo di senso. Scuola e apprendimento hanno un senso se c'è un punto di riferimento esterno alla scuola. Avere in mente una professione non equivale a " fuga dalla scuola ", al contrario: questo fine fa si che si abbia un atteggiamento attivo e significativo nei confronti della materia da apprendere.

Allo stesso modo questa vita e questo mondo acquistano una dimensionalità di contenuti solo se il nostro fine è quello di superarli. Il significato

di una scala non consiste nel rimanerci sopra, ma nel superarla utilizzandola.
La perdita di un punto di riferimento metafisico ha reso per molti la vita di oggi priva di significato, perché l'unico significato che ci è rimasto si chiama progresso. Però il progresso non ha altro fine che un ulteriore progresso. In questo modo il cammino si è trasformato in una gita.
È importante, ai fini di una buona comprensione dei concetti di malattia e guarigione, capire bene che cosa significa guarigione. Se si perde di vista il fatto che guarigione significa sempre avvicinamento alla condizione di salute intesa come unità, si cerca di trovare il fine della guarigione all'interno della polarità - e un tentativo del genere è destinato all'insuccesso. Se noi trasferiamo ancora una volta nel campo degli emisferi cerebrali la nostra comprensione dell'unità, che può essere raggiunta solo attraverso l'unione dei contrari, attraverso cioè una " coniunctio oppositorum ", risulta chiaro che il nostro scopo di superare la polarità è parallelo, a questo livello, alla fine della dominanza alternante dei due emisferi. Anche sul piano del cervello il concetto " o "/" o " deve diventare " sia "/" sia ", la " successione " deve trasformarsi in " contemporaneità ".
Qui risulta evidente l'autentica importanza del corpo calloso, che deve diventare così permeabile da far si che i due cervelli diventino uno solo. La contemporanea disponibilità delle capacità di entrambe le parti del cervello sarebbe il corrispondente fisico dell'illuminazione. È il medesimo processo che abbiamo descritto nel nostro modello orizzontale della supercoscienza: solo quando la supercoscienza soggettiva diventa una cosa sola con l'inconscio oggettivo, si raggiunge la completezza. Ritroviamo la conoscenza universale di questo passaggio dalla polarità all'unità in un'infinità di espressioni. Abbiamo già citato la filosofia cinese del Taoismo, in cui le due forze universali sono chiamate Yang e Yin. Gli Ermetici parlavano di unificazione del sole e della luna o del matrimonio del fuoco e dell'acqua. Inoltre essi espressero il mistero dell'unione degli opposti in frasi paradossali come: " Ciò che è fisso deve diventare fluido e ciò che è fluido deve diventare fisso ". L'antichissimo simbolo della verga di Ermete (caduceo) annuncia la stessa legge: qui i due serpenti rappresentano le forze pò

lari che devono essere unite nella verga. Questa immagine la troviamo nella filosofia indiana sotto forma di due correnti polari di energia che fluiscono nel corpo umano, chiamate Ida (femminile) e Pingala (maschile), che avvolgono come serpenti il canale centrale Shushumna. Se lo yogi riesce a portare verso l'alto questa forza del serpente nel canale centrale, sperimenta lo stato di coscienza dell'unità. Il Cabbalista rappresenta questo rapporto attraverso le tre colonne dell'albero della vita e il dialettico usa i termini " tesi ", " antitesi " e " sintesi ".
Tutti questi sistemi, di cui ne abbiamo citati soltanto alcuni, non sono in rapporto causale, ma sono tutti espressione di una legge metafisica centrale che questi sistemi hanno voluto esprimere a vari livelli concreti o simbolici. A noi non interessa un particolare sistema, ci interessa che venga compresa la legge di polarità e il suo valore per tutti i livelli del mondo delle forme.
La polarità della nostra coscienza ci pone continuamente di fronte a due possibilità di azione e ci costringe a prendere una decisione, se non

vogliamo restare apatici. Ci sono sempre due possibilità - ma noi al momento possiamo realizzarne una sola. Così ad ogni azione la possibilità di polo opposto resta sempre non realizzata. Noi dobbiamo scegliere e decidere per esempio se restare a casa o uscire, lavorare o non far niente, avere dei figli o non averne, rivendicare il nostro denaro o dimenticarlo, sparare al nemico o lasciarlo vivere. Il tormento della scelta ci perseguita continuamente. Non possiamo eliminare la scelta, perché " nonagire " è già una scelta contro la scelta. Dato che dobbiamo deciderci, vogliamo fare almeno scelte ragionevoli o giuste, e per farlo abbiamo bisogno di un sistema di valori. Una volta che abbiamo questi valori, le decisioni diventano facili: abbiamo dei figli perché sono utili al proseguimento della specie umana; spariamo ai nemici perché minacciano i nostri figli: mangiamo molta verdura perché è sana, e diamo anche qualcosa da mangiare agli affamati perché è eticamente giusto. Questo sistema funziona bene e rende facili le scelte - basta fare sempre ciò che è buono e giusto. Purtroppo il nostro sistema di valori in base al quale operiamo le scelte viene continuamente messo in discussione da altre persone che nei singoli problemi prendono decisioni opposte, giustificandole con altri sistemi di valori: ed ecco che qualcuno evita di generare figli perché al mondo ci sono già troppi

uomini; un altro non vuole sparare ai nemici perché anche loro sono esseri umani; c'è chi mangia carne perché la carne è sana, e lascia che gli affamati abbiano fame perché fa parte del loro destino. Quello che è certo è che i valori degli altri sono sbagliati - e irrita il fatto che non tutti abbiano gli stessi valori per giudicare che cosa è buono e giusto. E così ognuno comincia non solo a difendere i propri metri di valutazione, ma anche a convincere più gente che può della bontà dei medesimi. In ultima analisi bisognerebbe convincere tutti gli uomini della bontà dei propri valori, perché solo così avremmo un mondo buono, giusto e sano. Purtroppo lo pensano tutti! E così la lotta per i valori giusti continua - e tutti vogliono tuttavia fare soltanto ciò che è giusto. Ma che cosa è giusto? Che cosa è sbagliato? Che cosa è bene? Che cosa è male? Molti pretendono di saperlo - però non sono d'accordo tra di loro, e così siamo ancora una volta costretti a decidere a chi dobbiamo credere. C'è da disperarsi!
L'unica cosa che possiamo fare per liberarci da questo dilemma è convincerci che all'interno della polarità non esiste bene o male, giusto o sbagliato in senso assoluto, cioè oggettivo. Ogni valutazione è sempre soggettiva e ha bisogno di uno schema di riferimento, che è anch'esso soggettivo. Ogni valutazione dipende dal punto di vista e dall'angolatura di chi osserva ed è perciò giusta se riferita a lui. Non si può suddividere il mondo in ciò che può esistere ed è quindi buono e giusto, e in ciò che non dovrebbe esistere e deve quindi essere combattuto e distrutto. Questo dualismo degli opposti inconciliabili (giustosbagliato, buonocattivo, Dio e diavolo) non ci porta fuori dalla polarità, ma ci fa sprofondare sempre più in essa.
La soluzione risiede soltanto in quel terzo punto dalla cui ottica tutte le alternative, tutte le possibilità, tutte le polarità sono ugualmente buone e giuste o cattive e sbagliate, essendo esse parte dell'unità e possedendo quindi un giustificato motivo di esistere, in quanto senza di loro la totalità non sarebbe totalità. Per questo nel parlare della legge di polarità abbiamo sostenuto con tanta insistenza che un polo deve la sua esistenza all'altro ed è in grado di esistere solo grazie all'altro. Come l'inspirazione deve la sua esistenza all'espirazione, così anche il bene deve la sua esistenza al male, la pace alla guerra, la salute alla malattia. Tuttavia gli uomini non rinunciano a

voler sempre soltanto un polo e a combattere l'altro. Per altro chi combatte un polo di questo universo, combatte l'universo stesso - perché ogni parte contiene il tutto (pars prò toto). In questo senso Gesù diceva: " Quello che avrete fatto al più piccolo dei miei fratelli, l'avrete fatto a me! ".
L'idea in sé è teoricamente semplice, però urta contro una resistenza profondamente radicata nell'uomo, perché la sua traduzione in pratica rende difficile la via. Se lo scopo è l'unità, quella che abbraccia i contrari nella loro diversità, allora è impossibile che l'uomo divenga sano o intero fintanto che esclude qualcosa dalla propria coscienza o si lascia limitare da qualcosa. Ogni: " Questo io non lo farei mai! ", è il modo più sicuro per impedire perfezione e illuminazione. In questo universo non c'è niente di ingiustificato, ma ci sono molte cose di cui il singolo non riesce a vedere la giustificazione. Tutte le tensioni dell'uomo servono in realtà a quest'unico scopo: imparare a veder meglio i rapporti - o meglio: imparare a diventare più consapevoli -, non a modificare le cose. Non c'è niente infatti da modificare e migliorare -¦ all'infuori della propria ottica.
L'uomo si illude a lungo che grazie alla sua attività e al suo agire il mondo possa essere cambiato, configurato e migliorato. Questa fede è un'illusione ottica e si basa sulla proiezione del proprio personale mutamento. Se una persona per esempio legge il medesimo libro a grandi distanze di tempo, il contenuto gli sembrerà nuovo ogni volta, in corrispondenza del livello evolutivo raggiunto. Se non si fosse sicurissimi dell'immutabilità del libro, si potrebbe facilmente credere a un'evoluzione del contenuto del libro. La stessa illusione ci guida anche nella valutazione dei concetti di " evoluzione " o " sviluppo ". Si crede che l'evoluzione derivi dagli avvenimenti e dagli interventi e non ci si rende conto che l'evoluzione è semplicemente la realizzazione di un modello già esistente. L'evoluzione non porta in essere niente di nuovo, ma rende gradualmente consapevole ciò che è da sempre. La lettura di un libro è un buon esempio anche in questo caso: contenuto e azione di un libro sono presenti contemporaneamente, ma possono essere integrati dal lettore solo successivamente attraverso la lettura. La lettura di un libro fa sf che il lettore faccia proprio gradualmente il contenuto, sebbene questo contenuto esista magari già da secoli sotto forma di libro. Il contenuto

del libro non sorge attraverso la lettura, è il lettore che integra poco per volta, nel tempo, un modello già esistente.
Non è il mondo a cambiare, sono gli uomini che fanno propri uno dopo l'altro diversi aspetti del mondo e diversi livelli Sapienza, perfezione, coscienza significano: esser capaci di riconoscere e considerare tutto ciò che esiste nella sua validità e nel suo equilibrio.
Saper riconoscere l'ordine significa per chi osserva: essere in ordine. L'illusione della trasformazione nasce dalla polarità, che trasforma la contemporaneità in successione e il sia/sia in un o/o. Le filosofie orientali chiamano infatti il mondo della polarità " illusione " o " Maja ", e sollecitano chi tende alla conoscenza e alla liberazione a smascherare prima di tutto questo mondo delle forme comprendendo che si tratta di illusione e riconoscendo che esso in realtà non esiste.
Tuttavia i passi che portano a questa conoscenza (" risveglio ") debbono esser fatti in questo mondo polare. Se la polarità impedisce l'unità nella sua contemporaneità, essa viene ricostituita attraverso la via indiretta del tempo, bilanciando ogni polo con le conseguenze del polo opposto. Questa legge noi la chiamiamo principio di complementarità. Come

l'espirazione induce un'inspirazione, la veglia deriva dal sonno e viceversa, allo stesso modo ogni realizzazione di un polo porta alla manifestazione del polo opposto. La legge di complementarità fa si che l'equilibrio dei poli resti conservato, indipendente da quello che gli uomini fanno o non fanno. La legge di complementarità fa anche si che tutti i mutamenti si sommino fino a creare l'immutabilità. Noi crediamo fermamente che nel tempo molte cose cambino e questo convincimento ci impedisce di vedere che il tempo produce solo ripetizioni del medesimo modello. Col tempo si trasformano sì le forme, ma il contenuto resta lo stesso.
Una volta che si è imparato a non lasciar più distogliere lo sguardo dalle forme che mutano, si può eliminare il tempo sia dallo sviluppo storico che dalla propria biografia personale e si vedrà che tutti gli eventi legati al tempo muovono verso un unico modello. Il tempo trasforma tutto ciò che è in corsi ed eventi - ma se allontaniamo il tempo sarà di nuovo visibile l'essenza che era dietro le forme e si è condensata in esse. (La terapia della reincarnazione si basa su questo rapporto, che per altro non è facile da capire).
Per le nostre ulteriori considerazioni è importante compren

dere la profonda parentela dei due poli e l'impossibilità di conservare un polo se si elimina dal mondo l'altro. La maggior parte delle attività umane sono però orientate in questo senso: si vuole avere la salute e si combatte la malattia, si vuole conservare la pace e quindi si cerca di eliminare la guerra, si vuole vivere e si tende quindi a superare la morte. Colpisce constatare quanto poco alcune migliaia di anni di insuccessi in questo senso facciano dubitare l'uomo della bontà del suo modo di agire. Se noi cerchiamo di nutrire unilateralmente un polo, anche l'altro cresce in proporzione. Proprio la medicina è un buon esempio di questo: si fa sempre di più per la salute, e intanto le malattie crescono in proporzione.
Se vogliamo accostarci a questo problema con un'ottica diversa, è necessario imparare a vedere in un'ottica polare. Dobbiamo imparare a vedere sempre il polo opposto di ciò che stiamo considerando. Il nostro sguardo interiore deve oscillare e passare dall'unilateralità all'unità di visione. Sebbene non sia facile esprimere a parole quest'ottica polare, oscillante, nella letteratura sapienziale esistono da sempre testi che hanno espresso in forma adeguata queste leggi fondamentali. Insuperato nella sua brevità e precisione è Laotse, che nel secondo versetto dal Taoteking così si esprime
l'adesso condiziona una volta.
Quindi l'Illuminato
agisce senza operare,
dice senza parlare.
Egli porta tutte le cose in sé
rivolte all'Unità.
Egli genera, ma non possiede
niente, egli porta a compimento la
vita, ma non pretende successo. E poiché non pretende nulla, non subisce mai perdite ".
" Chi dice: bello
crea al tempo stesso: brutto.
Chi dice: buono,
crea al tempo stesso: cattivo.
Esistere condiziona
il non esistere,
la confusione
condiziona l'ordine,

l'alto condiziona il basso,
ciò che è rumoroso
condiziona ciò che è lieve,
ciò che è condizionato
dipende da ciò che non lo è,

4. L'ombra

L'intera creazione esiste in te, e tutto quello che è in te esiste anche nella creazione. Non esistono confini fra te e un oggetto che è accanto a te, proprio come non esiste distanza fra te e oggetti molto lontani. Tutte le cose, le più piccole come le più grandi, sono presenti in te e uguali a te. Un unico atomo contiene tutti gli elementi della terra. Un solo movimento dello spirito comprende tutte le leggi della vita. In un'unica goccia d'acqua si cela il segreto dell'oceano infinito. Un'unica tua manifestazione rivela tutte le manifestazioni della vita.
Kahlil Gibran

L'uomo dice " Io " e con questo termine intende un'infinità di diverse identificazioni: " Io sono un essere di sesso maschile, di nazionalità tedesca, padre di famiglia, insegnante. Sono attivo, dinamico, tollerante, bravo, amante degli animali, amate della pace, bevo il tè, ho per hobby la cucina, ecc. ". Queste identificazioni sono state a un certo momento precedute da scelte: una possibilità è stata preferita ad un'altra, un polo è stato integrato nell'identificazione mentre l'altro è stato escluso. Così l'identificazione: " Io sono attivo e bravo " esclude automaticamente: " Io sono passivo e pigro ". Da un'identificazione deriva per lo più molto rapidamente anche una valutazione: " Bisogna essere attivi e bravi - non è bene essere passivi e pigri ". Indipendentemente dal fatto che una simile valutazione possa essere sostenuta da argomentazioni e teorie, si tratta in ogni caso di un punto di vista soggettivamente convincente.
Oggettivamente questa è semplicemente una possibilità di

vedere le cose - non certo l'unica. Che cosa penseremmo infatti di una rosa rossa che proclamasse: " È giusto e bello avere dei fiori rossi, e invece è sbagliato e pericoloso averli azzurri ". Il rifiuto di una qualunque manifestazione è sempre, segno di carente identificazione (e in effetti la violetta non rifiuta certo i fiori azzurri!).
Ogni identificazione che si basa su una decisione esclude un polo. Però tutto ciò che noi non vogliamo essere, che non vogliamo ritrovare in noi, che non vogliamo vivere, che non vogliamo che entri a far parte della nostra identificazione, costituisce il nostro lato d'ombra. Infatti il rifiuto della metà di tutte le possibilità non fa certamente si che queste spariscano, ma le bandisce semplicemente dall'identificazione dell'Io o dalla coscienza superiore.
Il " no " ha eliminato dalla nostra visuale un polo, ma non lo ha fatto sparire. Il polo rifiutato continua infatti a vivere ininterrottamente nell'ombra della nostra coscienza. Come i bambini piccoli credono che chiudendo gli occhi si diventi invisibili, allo stesso modo gli uomini credono di potersi liberare di una metà della realtà rifiutando di accettarla dentro di sé. Così si permette a un polo (per esempio la virtù) di entrare nella luce della nostra coscienza, mentre il polo opposto (pigrizia) deve restare nell'ombra, in modo da non vederlo. Il non vedere porta rapidamente a concludere di non avere quella determinata caratteristica e si crede che un polo possa esistere senza l'altro.
Noi definiamo ombra (concetto coniato da C.G. Jung) la somma di tutte le realtà rifiutate, quelle che l'uomo non vede, o non vuol vedere, e che per lui sono quindi inconsce. L'ombra è il pericolo maggiore dell'uomo, perché essa è in lui senza che lui lo sappia. L'ombra fa si che tutte le

intenzioni e gli sforzi dell'uomo si trasformino alla fine nel loro opposto. Tutte le manifestazioni che derivano dall'ombra vengono dall'uomo proiettate su un anonimo " male " che esisterebbe nel mondo, in quanto ha paura di trovare in se stesso la vera fonte di ogni aspetto negativo. Tutto ciò che l'uomo non vuole e non desidera, deriva dalla sua propria ombra, che è la somma di ciò che egli non vuole avere. Però il rifiuto di confrontarsi con una parte della realtà e di viverla non porta affatto allo sperato successo. Al contrario, le realtà rifiutate co

stringono l'uomo ad occuparsi di loro in maniera particolarmente intensa. Questo avviene per lo più attraverso il giro vizioso della proiezione, perché se si è rifiutato e represso in sé un determinato principio, fa sempre paura incontrarlo di nuovo nel cosìddetto mondo esteriore.
Per poter seguire questi rapporti, può essere importante ricordare ancora una volta che col termine " principi " noi intendiamo piani di esistenza archetipi che possono manifestarsi in una gigantesca varietà di forme concrete. Ogni manifestazione concreta è quindi un rappresentante formale di quel determinato principio. Per esempio: la moltiplicazione è un principio. Questo principio astratto può presentarsi a noi nelle più diverse manifestazioni (tre per quattro, otto per sette, 49 per 348, ecc.). Queste espressioni esteriori sono però tutte rappresentanti dell'unico principio della " moltiplicazione ". Inoltre dobbiamo avere ben chiaro il fatto che il mondo esteriore è costruito coi medesimi principi archetipi di quello interiore. La legge di risonanza afferma che noi possiamo venire in contatto soltanto con ciò che suscita in noi una risonanza. Questa verità, che ho esposto nel mio precedente libro " Il destino come scelta " (Edizioni Mediterranee), porta all'identità di mondo esteriore e mondo interiore. Nella filosofia ermetica questa uguaglianza di mondo esteriore e mondo interiore viene rappresentata coi termini di uomo e cosmo: microcosmo = macrocosmo. (Nella seconda parte di questo libro tratteremo ancora una volta questo aspetto nel capitolo dedicato agli organi dei sensi, da un altro punto di vista).
Proiezione significa quindi che noi con una metà dei principi creiamo il fuori in quanto non vogliamo accettarli come dentro. Già all'inizio abbiamo detto che l'Io è responsabile della delimitazione della somma di tutto ciò che esiste. L'Io crea un Tu, che viene vissuto come fuori. Se però l'ombra è costituita da tutti quei principi che l'Io non ha voluto integrare, in ultima analisi ombra e fuori sono la stessa cosa. Noi sperimentiamo la nostra ombra sempre come fuori - e del resto se fosse dentro di noi o presso di noi non sarebbe più ombra, I principi rifiutati, che apparentemente ci pervengono dall'esterno li combattiamo ora appassionatamente nel mondo esterno a noi proprio come li avevamo combattuti dentro di noi. Continuiamo cioè nel tentativo di eliminare definitivamente i campi

da noi valutati negativi. Dato però che ciò è impossibile in base alla legge di polarità, questo tentativo disperato si trasforma in una occupazione a tempo pieno, che ci garantisce un continuo intenso lavoro con la parte rifiutata della realtà.
Ritroviamo qui una legge ironica cui nessuno può sottrarsi: l'uomo si dedica soprattutto a ciò che non vuole. Nel far questo si avvicina tanto al principio rifiutato che finisce per viverlo! Il lettore non dovrebbe

dimenticare queste parole: il rifiuto di un qualunque principio fa con certezza in modo che la persona viva direttamente questo principio. In base a questa legge i figli col tempo assumono i comportamenti che odiavano nei genitori, i pacifisti diventano militanti, i moralisti licenziosi, gli apostoli della salute si ammalano gravemente.
Non si dovrebbe trascurare il fatto che anche rifiuto e lotta significano in ultima analisi dedizione e attività. I campi veramente interessanti e importanti per una persona sono proprio quelli che evita e combatte, proprio perché mancano nella sua coscienza e gli danno un senso di malessere. Una persona è disturbata soltanto da quei principi esterni a lui che non è in grado di integrare dentro di sé.
A questo punto dovrebbe risultare chiaro che in realtà non esiste un mondo circostante che ci forma, ci influenza o ci fa ammalare - il mondo circostante si comporta come uno specchio nel quale noi vediamo sempre e soltanto noi stessi, per l'esattezza anche e soprattutto la nostra ombra, per la quale in genere siamo ciechi. Come guardando il nostro corpo fisico riusciamo a vederne soltanto una piccola parte, e non siamo affatto capaci di vederne vari aspetti (colore degli occhi, viso, spalle, ecc.) se non con l'aiuto di un riflesso nello specchio, allo stesso modo per quello che riguarda la nostra psiche siamo parzialmente ciechi e possiamo riconoscere la parte a noi invisibile (ombra) solo tramite la proiezione e il riflesso del cosìddetto mondo esterno o mondo circostante. La conoscenza ha bisogno della polarità.
Specchiarsi serve però soltanto a chi si riconosce nello specchio, altrimenti è un'illusione. Chi vede nello specchio i propri occhi azzurri, ma non sa che si tratta dei propri occhi, si illude e non acquista conoscenza. Chi vive in questo mondo ma non si rende conto che tutto ciò che percepisce e vive è lui stesso, rimane nell'illusione e nell'inganno. È vero che l'illusione risulta incredibilmente vera e reale (...certuni parlano

addirittura di fatti dimostrabili) - però non si dovrebbe mai dimenticare questo: anche un sogno risulta perfettamente reale fintanto che ci troviamo in esso. Bisogna svegliarsi per rendersi conto che il sogno è un sogno. Questo vale anche per il grande sogno della nostra esistenza. Bisogna prima svegliarsi per poterci render conto dell'illusione.
La nostra ombra ci infonde paura. Questo non deve meravigliare, in quanto essa consiste esclusivamente di tutte quelle parti di realtà che abbiamo allontanato il piti possibile da noi. L'ombra è la somma di tutto ciò che noi crediamo fermamente che dovrebbe essere eliminato dal mondo affinché il mondo possa essere bello e sano. Ma le cose stanno esattamente all'opposto: l'ombra contiene tutto ciò che il mondo - il nostro mondo - ha bisogno di avere per sanarsi. L'ombra ci rende malati in quanto ci manca la sua presenza per poter essere interamente sani.
Il racconto del Graal tratta proprio questo problema. Il re Amfortas, ferito dalla lancia del mago Klingsor, o in altre versioni da un avversario pagano o addirittura da un nemico invisibile, è ammalato. Tutte queste figure sono evidentemente chiari simboli dell'ombra di Amfortas, dell'avversario invisibile. La sua ombra lo ferisce e con le sue forze egli non può sanarsi in quanto non osa interrogarsi sulla vera causa della propria ferita. La domanda necessaria da porsi sarebbe però quella circa la natura del male. Dato che non vuole esporsi a questo conflitto, la sua ferita non può cicatrizzarsi, e il re aspetta un redentore che abbia il coraggio di porre la domanda risanatrice. Parzifal è all'altezza di questo compito, perché - come dice il suo nome - egli attraversa la polarità di bene e male e si conquista quindi il diritto di porre la domanda redentrice: " Di che cosa hai bisogno, zio? ". La risposta è sempre la stessa, sia che venga da Amfortas che da qualunque altro malato: " La tua ombra! ". Soltanto la domanda relativa al male, al lato scuro dell'uomo, ha effetti risanatori nella nostra storia. Parzifal

nel suo cammino si è confrontato coraggiosamente con la propria ombra ed è disceso nelle buie profondità della propria anima - fino a maledire Dio. Chi non rinnega questo cammino attraverso le tenebre, diventerà infine un autentico latore di salvezza, un redentore. Tutti gli eroi mitici hanno dovuto confrontarsi appunto per questo con mostri, draghi e de

moni e addirittura con l'inferno, se volevano diventare forti e capaci di dare salvezza.
L'ombra rende malati - l'incontro con l'ombra rende sani! Questa è la chiave per comprendere malattia e guarigione. Un sintomo è sempre una parte di ombra precipitato nella materia. Nel sintomo si manifesta ciò che manca all'uomo. Nel sintomo l'uomo vive ciò che non voleva vivere nella coscienza. Il sintomo rende l'uomo nuovamente integro attraverso il giro vizioso che passa attraverso il corpo fisico. È il principio di complementarità che fa si che la globalità in ultima analisi non vada perduta. Se una persona rifiuta di vivere un principio nella propria coscienza, questo principio precipita nel corpo e si manifesta come sintomo. Questo induce la persona a vivere e a realizzare il principio rifiutato. In questo modo il sintomo guarisce la persona - è il sostituto fisico di ciò che manca all'anima.
Ora potremo capire meglio le vecchie domande e risposte: " Che cosa c'è che non va? Cosa gli manca? ", e " Io ho un sintomo ". Il sintomo mostra infatti quello che manca al paziente, perché lo stesso sintomo è il principio mancante divenuto materia e resosi visibile nel corpo. Non fa meraviglia quindi che noi abbiamo così poca simpatia per i nostri sintomi: essi ci costringono a realizzare quei principi che non volevamo vivere. E così continuiamo la nostra battaglia contro i sintomi - senza utilizzare la possibilità che ci era stata offerta di utilizzare i sintomi per guarire. Proprio nel sintomo possiamo imparare a conoscerci, possiamo vedere quei lati della nostra anima che non riusciremmo mai a scoprire in noi, in quanto si trovano nell'ombra. Il nostro corpo è lo specchio della nostra anima - esso ci mostra anche ciò che l'anima non riesce a capire senza sottoporsi a un confronto. A che serve lo specchio migliore del mondo se noi non riferiamo a noi stessi quello che abbiamo visto? Questo libro si propone di aiutare ad esercitare lo sguardo e a renderlo capace di scoprire noi stessi nel sintomo.
L'ombra rende l'uomo disonesto. L'uomo crede sempre di essere soltanto ciò con cui si identifica, o di essere solo così come si vede. Questo modo personale di valutare, secondo noi è disonesto. Naturalmente parliamo sempre di disonestà verso se stessi (e non menzogne o inganni nei confronti di altre persone). Tutti gli inganni di questo mondo sono nulla se

confrontati con quelli che l'uomo nel corso della vita fa a se stesso. Onestà nei confronti di se stesso è uno dei compiti più difficili che si possano porre. Per questo da sempre a tutti coloro che cercano la verità viene posto come primo e più difficile compito la conoscenza di se stessi. Conoscere se stessi significa trovare il proprio Sé, non l'Io, perché il Sé comprende tutto, mentre l'Io con le sue limitazioni impedisce costantemente la conoscenza del Sé, che è globalità. Tuttavia per colui che va cercando una maggiore onestà nei confronti di se stesso, la malattia può divenire un aiuto grandioso. Perché la malattia rende

onesti! Nel sintomo patologico noi viviamo chiaramente e visibilmente ciò che nella nostra psiche vogliamo eliminare e reprimere.
La maggior parte delle persone ha difficoltà a parlare liberamente e apertamente dei propri più profondi problemi (ammesso che li conosca...) - tuttavia i propri sintomi li racconta dettagliatamente a tutti. Questo è un modo quanto mai preciso ed esatto di parlare di sé. La malattia rende onesti e svela senza pietà le pieghe più nascoste dell'anima. Questa (non voluta) onestà è anche la base della simpatia e dell'affetto che si provano nei confronti di chi è ammalato. L'onestà rende l'ammalato simpatico - perché nella malattia l'uomo diventa autentico. La malattia compensa tutte le unilateralità e riporta al centro. Spariscono gli egoismi e le pretese di potere, molte illusioni vengono di colpo distrutte e il destino viene improvvisamente messo in discussione. L'onestà ha una sua bellezza, e qualcosa di essa si rivela nell'ammalato.
Riassumendo: l'uomo come microcosmo è un'immagine dell'universo e contiene la somma di tutti i principi di esistenza latenti nella propria coscienza. Il cammino dell'uomo attraverso la polarità richiede che egli realizzi concretamente i principi latenti in lui, in modo da prenderne gradualmente coscienza. La conoscenza però ha bisogno della polarità e questa costringe di nuovo l'uomo a prendere continuamente delle decisioni. Ogni decisione spezza la polarità in un polo che viene accettato e in un polo che viene rifiutato. Il polo accettato viene trasformato in comportamento e quindi integrato a livello cosciente. Il polo rifiutato finisce nell'ombra e continua a richiedere tutta la nostra attenzione, in quanto sembra ritornare a noi venendo dall'esterno. Una forma specifica e frequente di questa legge generale è la malattia. In essa una par

te di ombra precipita nella corporeità e si somatizza come sintomo. Il sintomo ci costringe a realizzare attraverso il corpo il principio non accettato volontariamente e riporta quindi l'uomo in equilibrio. Il sintomo è la condensazione somatica di ciò che manca alla coscienza. Il sintomo rende l'uomo onesto perché rende visibili contenuti repressi.

4. Bene e male

Lo splendore abbraccia tutti i mondi, tutte le creature, bene e male. Ed è la vera unità. Ma come può portare in sé i principi opposti di bene e male? In realtà però questo non è un contrasto, perché il male è il trono del bene.
BAAL SCHEM TOW
Ci avviciniamo necessariamente a un tema che non solo è uno dei più difficili che esistano, ma è anche particolarmente soggetto a malintesi. È molto pericoloso desumere dai concetti che abbiamo esposto soltanto una frase o un brano qua e là e mescolarli con contenuti di altre esposizioni. Proprio la trattazione di bene e male provoca grandi paure nell'uomo e ne può facilmente derivare un annebbiamento dell'intelletto e della conoscenza a causa dell'emozione che il tema suscita. Ma nonostante questi pericoli vogliamo tentare di porre la domanda relativa alla natura del male che Amfortas aveva evitato. Infatti, se noi abbiamo individuato nella malattia il campo di azione dell'ombra, questa deve la sua esistenza al fatto che l'uomo ha deciso tra bene e male, tra giusto e ingiusto.
L'ombra contiene tutto quello che l'uomo ha ritenuto cattivo - e di conseguenza anche l'ombra deve essere cattiva. Sembra quindi non soltanto giustificato ma anche eticamente e moralmente necessario combattere e distruggere l'ombra in qualunque modo e situazione essa si manifesti. Anche in que

sto l'umanità si fa tanto affascinare dalla logica apparente che non si accorge che il suo nobile scopo fallisce proprio in quanto la distruzione del male proprio non funziona. Vale quindi la pena di sviluppare ancora una volta, da un punto di vista forse diverso, il tema " bene e male ". Già le nostre considerazioni sulla legge di polarità portano alla conseguenza che bene e male sono due aspetti di una stessa unità e in effetto legati l'uno all'altro per poter esistere. Il bene vive del male e il male del bene - chi nutre intenzionalmente il bene, nutre inconsapevolmente anche il male. Simili discorsi possono al primo sguardo risultare spaventosi per certuni, tuttavia è difficile non riconoscerne l'esattezza sia dal punto di vista teorico che pratico.
Il nostro atteggiamento nei confronti del bene e del male è fortemente influenzato nella nostra cultura dal cristianesimo, o meglio dalla teologia cristiana - e questo vale anche per coloro che si ritengono liberi da influenzamenti religiosi. Per questo motivo per poter meglio capire bene e male ci rifaremo anche noi a immagini e concezioni religiose.
È nostra intenzione ricorrere ai racconti e alle immagini mitologiche non per trarne teorie o valutazioni, ma in quanto essi si prestano particolarmente bene a render comprensibili difficili problemi metafisici. Ci riferiamo a un racconto della Bibbia perché essa fa parte del nostro mondo culturale. Inoltre tratteremo il tema bene e male, che si ritrova identico in tutte le religioni, evidenziandone la tipica interpretazione della teologia cristiana.
Molto adatta per il nostro problema è la rappresentazione che l'Antico Testamento fa del peccato originale. Nel racconto della creazione si legge che il primo uomo - androgino -, Adamo, viene posto nel giardino dell'Eden, di cui tra i tanti alberi sono espressamente menzionati l'albero della vita e l'albero della conoscenza del bene e del male. Per capire bene questo racconto mitologico è importante tener presente che Adamo non è uomo, ma androgino. È l'essere umano globale, non ancora soggetto alla polarità, non ancora diviso in una coppia di opposti. Egli è ancora una cosa sola con tutto ¦- e questo stato di coscienza cosmica viene descritto con l'immagine del paradiso. Sebbene Adamo viva ancora nell'unità della coscienza, il tema della polarità è già presentato dai due alberi.
Il tema della separazione ricorre fin dall'inizio nella storia della creazione, in quanto la creazione avviene attraverso divisione e separazione. Infatti il primo racconto biblico relativo alla creazione narra solo di polarizzazioni: lucetenebre, acquaterra, soleluna. Soltanto dell'essere umano ci viene detto che fu creato " come uomo e donna ". Però via via che la narrazione procede il tema della polarità diviene sempre più evidente. Avviene così che Adamo sviluppa il desiderio di manifestare una parte del suo essere e di farlo divenire formalmente autonomo. Un passo simile significa già perdita della coscienza, fatto che viene espresso nella Bibbia dicendo che Adamo cade in un sonno. Dio prende da Adamo, che è intero e sano, un lato e ne fa qualcosa di autonomo.
La parola che Lutero tradusse con " costola " è nel testo originale ebraico tselah = lato, fianco, ed è parente della parola tsel = ombra. L'uomo intero, sano, viene diviso in due aspetti formalmente diversi, che vengono chiamati uomo e donna. Però questa separazione non arriva fino in

fondo alla coscienza dell'uomo, perché la differenza non viene capita in quanto sono ancora nella totalità del paradiso. La separazione formale è però premessa per le lusinghe del serpente, che dice, alla donna, la parte ricettiva dell'uomo, che gustando l'albero della conoscenza l'uomo avrebbe avuto la capacità di distinguere tra bene e male, avrebbe cioè acquisito la conoscenza. Il serpente mantiene la promessa. Gli esseri umani conoscono la polarità e conoscono bene e male, uomo e donna. In questo modo perdono l'unità (coscienza cosmica) e hanno la polarità (conoscenza). Devono così lasciare senza indugio il paradiso, il giardino dell'unità, e precipitano nel mondo polare delle forme materiali.
Questa è la storia del peccato originale. Con questa " caduta " l'uomo precipita dall'unità nella polarità. Le mitologie di tutti i popoli e di tutti i tempi conoscono questo tema centrale dell'umanità e lo rivestono di immagini analoghe. Il peccato dell'uomo consiste nell'essersi separato dall'unità.
L'uomo si trova ora con una coscienza polare - è peccatore. Non c'è una motivazione di questo in senso causale. Questa polarità costringe l'uomo a seguire la sua via attraverso gli opposti finché non ha imparato e integrato tutto e può diventare " perfetto ", come è perfetto il Padre nei cieli. Il " peccato originale " fa capire chiaramente che il peccato non ha niente

a che vedere col comportamento concreto dell'uomo. È molto importante rendersene conto, perché nel corso della storia la chiesa ha trasformato il concetto di peccato e insegnato all'uomo che il peccato è male ed è evitabile agendo in modo corretto. Il peccato però non è un polo nell'ambito della polarità, ma la polarità stessa. Il peccato perciò non è evitabile - ogni azione umana è peccato.
Questo messaggio lo ritroviamo espresso perfettamente nella tragedia greca, il cui tema centrale è che l'uomo deve costantemente decidere tra due possibilità, ma è sempre colpevole indipendentemente dalla sua decisione. Per la storia del cristianesimo questo malinteso teologico del peccato ha avuto un grande peso. Il costante tentativo dei credenti di non commettere peccato ed evitare il male ha portato alla repressione di determinati aspetti classificati come male e di conseguenza alla creazione di un'immensa zona d'ombra.
Questa ombra ha fatto si che il cristianesimo sia diventato una delle religioni più intolleranti, responsabile dell'Inquisizione, dei roghi delle streghe e di genocidi. Il polo non vissuto si realizza sempre - esso sorprende le anime nobili proprio quando non se l'aspettano.
La polarizzazione di " bene " e " male " come contrasti ha portato nel cristianesimo anche ad un confronto - che non ritroviamo in altre religioni - fra Dio e il diavolo come rappresentanti del bene e del male. Facendo del diavolo l'oppositore di Dio, si è portato, senza rendersene conto, Dio nella polarità - ma in questo modo Egli perde la sua forza risanatrice. Dio è l'unità, che unisce in sé tutte le polarità, e quindi naturalmente anche " bene " e " male "; il diavolo invece è la polarità, il signore della separazione o, come disse Gesù, " il signore di questo mondo ". Così il diavolo viene sempre corredato di simboli della divisione: corna, zoccolo biforcuto, forcali, ecc. Per usare questa terminologia, diciamo che il mondo polare è diabolico, cioè peccatore. Non c'è possibilità di cambiarlo - per questo tutti i veri Maestri invitano a lasciare il mondo polare.

Qui troviamo la profonda differenza tra religione e lavoro sociale. La vera religione non ha ancora intrapreso tentativi di fare di questo mondo un paradiso, ma ha insegnato la via che da questo mondo porta all'unità. La vera filosofia sa che in un mondo polare non si può realizzare un solo polo - in

questo mondo ognuno deve pagare ogni gioia con un uguale dolore. In questo senso per esempio la scienza è " demoniaca " perché promuove la polarità e la molteplicità. Ogni utilizzazione funzionale delle possibilità umane ha sempre qualcosa di demoniaco, perché l'applicazione di qualunque tipo lega l'energia alla polarità e impedisce l'unificazione. È questo il significato delle tentazioni di Gesù nel deserto: il diavolo invita in effetti Gesù soltanto a mettere le sue capacità al servizio di innocui e addirittura utili cambiamenti.
Ben inteso, se noi definiamo qualcosa " demoniaco ", non intendiamo affatto demonizzare qualcosa, ma semplicemente abituare a riferire i concetti di peccato, colpa, diavolo semplicemente alla polarità e a definire quindi in questo modo tutto ciò che ne fa parte. Qualunque cosa l'uomo faccia, diviene colpevole e quindi peccatore. È importante che l'uomo impari a vivere con questa sua colpa, altrimenti diventa disonesto nei confronti di se stesso. La redenzione dalla colpa è la conquista dell'unità - ma raggiungere l'unità è impossibile a chi cerca di evitare una metà della realtà. È questo che rende così difficile la via che porta alla salute - perché bisogna passare attraverso colpa e peccato.
Nei Vangeli viene continuamente descritto questo antico malinteso relativo al peccato: i Farisei rappresentano l'opinione ecclesiastica, che cioè la salvezza dell'anima la si ottiene osservando i precetti ed evitando il male. Gesù li smaschera con le parole: " Chi di voi è senza peccato scagli la prima pietra ". Nel discorso della montagna supera e relativizza la legge mosaica, che era stata fraintesa attraverso un'interpretazione letteraria, dicendo che già il pensiero ha lo stesso peso della sua realizzazione materiale e concreta. Si dovrebbe notare che il discorso della montagna non rafforza i comandamenti né li rende più difficili, ma smaschera l'illusione che nella polarità sia possibile evitare il peccato. Ma già duemila anni fa l'insegnamento puro era così urtante e irritante che si cercava di eliminarlo da questo mondo. La verità irrita, da qualunque bocca venga pronunciata. Essa spazza via tutte le illusioni con le quali il nostro Io cerca di salvarsi. La verità è dura e tagliente e si adatta poco a sogni sentimentali e autoinganni moralistici.
Nel Sandokai, uno dei testi base dello Zen, si legge:

Luce e tenebre dipende dall'altro
si confrontano. come il passo della gamba destra
Tuttavia uno da quello della sinistra.

Nello stesso libro leggiamo inoltre questo ammonimento dal titolo " Invito a non compiere buone opere ". Yang Ciu disse: " Chi opera cose buone, anche se non lo fa per desiderio di fama, ne conseguirà comunque fama. La fama in sé non ha niente a che fare col guadagno; ma un guadagno indubbiamente ne conseguirà. Il guadagno in sé non ha niente a che fare con la lotta, ma alla fine non potrà evitarla. Per questo il nobile si guardi dal fare il bene ".
Noi sappiamo molto bene che grande provocazione sia mettere in discussione la verità assoluta del fare il bene e dell'evitare il male.

Sappiamo anche che questo argomento suscita paura - una paura che si può evitare se ci si attiene alle norme ritenute finora valide. Tuttavia bisognava avere il coraggio di affrontare questo tema e di considerarlo da tutte le angolature.
Non è nostra intenzione distogliere dalla religione, qualunque essa sia, ma il malinteso del peccato, cui abbiamo prima accennato, ha prodotto in ambiente cristiano una scala di valori profondamente radicata, alla quale siamo tutti più ancorati di quanto in genere ci rendiamo conto. Altre religioni non hanno avuto e non hanno grandi difficoltà con questo problema. Nella trilogia divina induistica - Brahma, Visnù e Shiva - Shiva ha il ruolo di distruttore, e rappresenta così la forza antagonista di Brahma, il costruttore. Una concezione del genere rende più semplice capire il necessario alternarsi delle forze. Di Buddha si narra la seguente storia: un giovane andò da Buddha e lo pregò di accettarlo come suo discepolo. Buddha gli chiese: " Hai mai rubato? ". Il ragazzo rispose: " Mai ". E Buddha di rimando: " Allora va' e ruba, e quando avrai imparato a farlo potrai tornare da me ".
Nello Shinjinmei, il più antico e importante testo del buddhismo Zen, si legge al 22° versetto: " Se ci resta soltanto una concezione minima di ciò che è vero e di ciò che è falso, il nostro spirito va in rovina per la confusione ". Il dubbio che spacca la polarità in contrari, è il male, e tuttavia è anche il giro vizioso necessario per capire e tornare all'unità. Per la vera conoscenza noi abbiamo sempre bisogno di due poli, però non

dovremmo fermarci alla loro diversità e al loro carattere opposto, ma utilizzare la loro tensione come spinta ed energia per trovare il cammino che porta all'unità. L'uomo è peccatore, è colpevole - ma proprio questa colpa lo contraddistingue, perché è il pegno della sua libertà.
Ci sembra molto importante che l'uomo impari ad accettare la propria colpa senza lasciarsene travolgere. La colpa dell'uomo è di natura metafisica e non viene provocata dalle sue azioni: piuttosto la necessità di decidere e di dover agire è l'espressione visibile della sua colpa. L'ammissione della colpa libera dalla paura di diventare colpevole. La paura è limitatezza e proprio questa impedisce la necessaria apertura ed espansione. Non si sfugge alla colpa sforzandosi di fare il bene, cosa che deve sempre essere pagata con la repressione del polo opposto. Il tentativo di sfuggire alla colpa attraverso le buone opere porta soltanto alla mancanza di sincerità.
La via che porta all'unità esige però più di una semplice paura e una semplice fuga. Esige che noi vediamo con sempre maggiore consapevolezza la polarità in tutto, senza aver paura di attraversare la conflittualità dell'umana esistenza, al fine di riuscire a unire in noi gli opposti. Non evitare, ma redimere attraverso l'esperienza: questa è la provocazione. Per far questo è necessario porre sempre in discussione l'immobilità dei nostri criteri di valutazione, per capire che il segreto del male consiste in ultima analisi nel fatto che il male in realtà non esiste.
Abbiamo detto che al di là di ogni polarità sta l'unità, che chiamiamo " Dio " o anche " luce ".
All'inizio era la luce come unità che tutto abbraccia. Al di fuori di questa luce non c'era nulla, altrimenti la luce non sarebbe stata l'unica cosa esistente. Solo con la polarità nascono le tenebre, al solo scopo di rendere la luce percepibile. Il buio è quindi un puro prodotto artificiale della polarità, necessario per rendere la luce visibile sul piano della coscienza polare. In questo modo il buio serve alla luce, l'alimenta, " porta la luce ", come ci ricorda il nome di Lucifero. Se sparisce la polarità, sparisce anche il buio, perché non ha un'esistenza sua propria. La luce esiste, il buio no. Per questo la tanto spesso citata lotta tra le forze della luce e le forze delle tenebre non è una lotta autentica, perché la conclusione è da sempre conosciuta. Il buio

non può conquistare la luce. La luce però trasforma continuamente il buio in luce - motivo per cui il

buio deve evitare la luce se non vuole che la sua nonesistenza sia smascherata.
Questa legge si ripete fino al nostro mondo fisico - perché come sopra, così sotto. Supponiamo di avere un locale pieno di luce, e fuori da questo locale regnano le tenebre. Si possono aprire porte e finestre e far entrare le tenebre - ma le tenebre non oscureranno il locale, sarà la luce che trasformerà le tenebre in luce. Capovolgiamo l'esempio: abbiamo un locale buio circondato fuori da luce. Apriamo ancora una volta porte e finestre: anche questa volta la luce trasformerà le tenebre e riempirà il locale di luce.
Il male è un prodotto artificiale della nostra coscienza polare, proprio come spazio e tempo, e serve a far percepire il bene; è la placenta della luce. Il male non è quindi il contrario del bene, è la polarità in se stessa che è male, è peccato, perché il mondo degli opposti non ha un fine suo e di conseguenza non ha una sua esistenza. La polarità porta alla disperazione, che del resto serve soltanto alla conoscenza, fa si che l'uomo si renda conto che soltanto nell'unità può trovare la propria redenzione. La stessa legge vale anche per la nostra coscienza. Noi definiamo consapevoli tutte quelle caratteristiche e aspetti di una persona che si trovano alla luce della sua coscienza e che egli può quindi vedere. L'ombra è quel regno che non viene illuminato dalla luce della coscienza e quindi è buio, cioè inconsapevole. Tuttavia gli aspetti bui sembrano cattivi e spaventosi solo finché rimangono nell'oscurità. Basta guardare i contenuti dell'ombra perché la luce penetri nelle tenebre e ciò che non è consapevole diventi consapevole.
Guardare le cose è la grande formula magica dell'autoconoscenza. Guardando le cose se ne trasforma la qualità, perché in questo modo si porta luce, cioè coscienza, nel buio. Gli uomini vorrebbero sempre cambiare le cose e capiscono con difficoltà che l'unica cosa che viene richiesta all'uomo è la capacità di guardare. La meta ultima dell'uomo - possiamo anche chiamarla saggezza o illuminazione - è la capacità di guardare tutto e di riconoscere che tutto è bene così come è. Un simile atteggiamento significa vera autoconoscenza. Fintanto che una persona viene disturbata da qualcosa o la ritiene bisognosa di cambiamenti, non ha raggiunto l'autoconoscenza.
Noi dobbiamo imparare a guardare le cose e gli eventi di questo mondo senza che il nostro Ego provi subito attrazione

o ripulsa; dobbiamo imparare a considerare con animo tranquillo tutti i giochi molteplici di Maja. Per questo nel testo Zen sopra citato si legge che il concetto di bene e male, anche se a livelli minimi, distrugge il nostro spirito. Ogni valutazione ci lega al mondo delle forme e ci blocca. Finché siamo bloccati, non possiamo essere redenti dal dolore, restiamo colpevoli, restiamo malati. Rimane anche la nostra nostalgia di un mondo migliore e il nostro desiderio di modificarlo. Ed ecco che l'uomo è di nuovo prigioniero dell'illusione dello specchio, perché crede nella non perfezione del mondo e non si accorge che soltanto il suo sguardo è imperfetto, perché gli impedisce di vedere la globalità.
Per questo dobbiamo imparare a riconoscere in tutto noi stessi e ad essere sereni. Questo significa raggiungere il centro della polarità e di qui osservare i poli che pulsano. Questo atteggiamento imperturbabile è

l'unico che consenta di guardare le manifestazioni senza valutarle, senza un si appassionato o un no altrettanto appassionato, senza identificazione. Non bisognerebbe però scambiare questa imperturbabilità con l'indifferenza, il disinteresse: è a quest'ultimo atteggiamento che si riferisce Gesù quando parla dei " tiepidi ". I tiepidi non entrano in conflittualità e ritengono che reprimendo e fuggendo si possa raggiungere quel mondo sano che l'uomo che è davvero alla ricerca tenta duramente di conquistare riconoscendo la conflittualità della propria esistenza e non rifiutando di attraversare questa polarità consapevolmente, cioè imparando, per dominarla. Egli sa infatti che prima o poi deve conciliare gli opposti che il suo Io ha creato. Non teme le necessarie decisioni, anche se sa che decidendo diverrà sempre colpevole - ma si sforza di non bloccarsi mai.
I contrari non si compongono da soli - dobbiamo viverli in modo attivo per divenirne veramente padroni. Una volta che abbiamo integrato i due poli, diventa possibile trovare il centro e da questo punto iniziare l'opera di unificazione dei contrari. Fuga dal mondo e ascesi sono le reazioni meno idonee a raggiungere questo scopo. Piuttosto ci vuole il coraggio di affrontare consapevolmente e senza timori le provocazioni della vita. La parola decisiva in questa frase è " consapevolmente " - perché soltanto la consapevolezza che ci consente di osservare noi stessi in ogni nostra azione può impedire che ci perdiamo nell'azione. Non è tanto importante che cosa l'uomo fa, ma

come lo fa. La valutazione " buono " o " cattivo " tiene sempre in considerazione che cosa l'uomo fa. Bisogna invece capovolgere tutto e chiederci piuttosto " come qualcuno fa una cosa ". Agisce consapevolmente? Coinvolge troppo il proprio Ego? Agisce senza partecipazione personale? Le risposte a queste domande fanno capire se quella persona attraverso il suo modo di agire si lega o si libera. Ordini, leggi e morale non conducono l'uomo alla perfezione. Essere ubbidienti è bene, ma non basta, perché bisogna sapere che anche il diavolo è ubbidiente. Divieti e ordini sono giustificati soltanto finché l'uomo non è cresciuto a livello di coscienza e non è in grado di assumersi la responsabilità di se stesso. Il divieto di giocare coi fiammiferi è giustificato per i bambini piccoli, ma diviene superfluo quando crescono. Quando l'uomo trova in sé la propria legge, si libera da tutte le altre. La legge più autentica di ogni individuo è trovare il proprio centro, il proprio Sé, e realizzarlo, ovvero diventare una cosa sola con tutto ciò che esiste.
Lo strumento che serve a unire gli opposti si chiama amore. Il principio dell'amore è aprirsi e lasciar entrare qualcosa che fino a quel momento era fuori. L'amore tende all'unione - l'amore vuole fondere, non separare. L'amore è la chiave per unire gli opposti, perché trasforma il Tu in Io e l'Io in Tu. L'amore è un dir di si senza limitazioni e condizioni. L'amore vuole diventare una cosa sola con tutto l'universo, e finché questo non ci riesce, non abbiamo ancora realizzato l'amore. Finché l'amore sceglie ancora, non è vero amore, perché l'amore non separa, mentre la scelta separa. L'amore non conosce gelosia, perché non vuole possedere: vuole soltanto manifestarsi.
Simbolo di questo amore che tutto abbraccia è l'amore con cui Dio ama gli uomini. Non è concepibile che Dio suddivida il suo amore in modo differenziato. A nessuno verrebbe in mente di essere geloso perché Dio ama anche un altro. Dio - l'unità - non distingue bene e male - e per questo è l'amore. Il sole invia il suo calore a tutti gli uomini e non spartisce i suoi raggi a seconda dei meriti. Soltanto l'uomo si sente chiamato a gettare pietre - ma non dovrebbe stupirsi del fatto di colpire

sempre soltanto se stesso. L'amore non conosce impedimenti, l'amore trasmuta. Amate il male - e il male sarà redento.

5. L'uomo è malato

Un asceta sedeva meditando in una caverna. Gli si avvicinò un topino e si arrampicò sul sandalo. L'asceta apri contrariato gli occhi: " Perché mi disturbi nella mia meditazione? ". " Ho fame ", si lagnò il topo. " Va' via, stupido topo ", lo ammoni l'asceta, " io cerco l'unione con Dio, come può venirti in mente di disturbarmi! ". " Come pensi di poterti unire a Dìo ", chiese allora il topo, " se non sei unito neppure a me? ".

Tutte le considerazioni fatte finora dovevano servire a far capire che l'uomo è malato, e non diviene ammalato. E questa la grande differenza tra il nostro modo di considerare la malattia e quello dei medici. La medicina vede nella malattia uno sgradito turbamento del " normale stato di salute " e perciò cerca non soltanto di eliminare questo turbamento il più presto possibile, ma anche di impedire con tutti i mezzi le malattie. Suo scopo ultimo è arrivare ad eliminarle. Noi invece vorremmo far si che si arrivasse a capire che la malattia è qualcosa di più di una imperfezione funzionale della natura. Essa è parte di un sistema di regolazione universale, previsto all'interno e al servizio dell'evoluzione. L'uomo non è affrancabile dalla malattia perché la salute ne ha bisogno come del suo polo opposto.

La malattia è espressione del fatto che l'uomo è peccatore, colpevole - in altre parole malato -; la malattia è il corrispettivo microcosmico del peccato originale. Questi concetti però non hanno assolutamente niente a che fare con l'idea di una

punizione, ma vogliono soltanto dire che l'uomo, fintanto che partecipa della polarità, partecipa anche del peccato, della malattia e della morte. Nel momento in cui si prende atto di questa situazione, non se ne è più disturbati. Solo il non voler vedere, il volere a tutti i costi dare valutazioni e ostacolare fa diventare questi dati di fatto terribili nemici.

L'uomo è malato perché gli manca l'unità. L'uomo sano, cui non manca niente, esente da disturbi e turbative, esiste soltanto nei testi di anatomia della medicina. Nella realtà un simile esemplare è sconosciuto. Possono esserci persone che per decenni non presentano sintomi particolarmente gravi - ma questo non modifica il fatto che anche loro sono malati e destinati a morire. La malattia è lo stato di imperfezione, cagionevolezza, gracilità, mortalità. Ad una analisi più accurata ci si stupisce di quanti disturbi presentino i cosìddetti " sani ". Bràutigam, autore del " Trattato di medicina psicosomatica ", riferisce che intervistando operai e impiegati che non risultavano ufficialmente malati, ma andavano regolarmente e tranquillamente a lavorare, risultò che " i disturbi fisici e psichici accusati erano quasi gli stessi di quelli denunciati dai degenti in ospedale ". Nel sopra citato testo, Bràutigam pubblica una tabella statistica, che riportiamo qui di seguito, che si riferisce ad una indagine del 1959 effettuata da E. Winter:

Disturbi di 200 impiegati sani intervistati

Irritazione
43,5%
Disturbi di stomaco

37,5%
Stato di ansia
26,5%
Frequenti disturbi di gola
22,0%
Vertigine, svenimenti
17,5%
Insonnia
17,5%
Dismenorrea
15,0%
Costipazione
14,5%
Sudori improvvisi
14,0%
Problemi cardiaci, tachicardia
13,0%
Dolori di testa
13,0%
Eczema
9,0%
Difficoltà di concentrazione
5,5%
Dolori reumatici
5,5%

Edgar Heim nel suo libro " La malattia come crisi e possibilità " dice: " Un adulto in venticinque anni di vita passa in media una malattia pericolosa, venti malattie serie e duecento malattie di poca entità ".
Noi ci dovremmo liberare dall'illusione che sia possibile evitare le malattie o addirittura eliminarle dalla faccia della terra. L'uomo è un essere conflittuale e di conseguenza malato. La natura fa si che l'uomo nel corso della sua vita si immerga sempre più nella condizione di malattia, condizione che trova nella morte il suo coronamento. Il fine della nostra componente fisica è l'esistenza minerale. La natura si incarica di far si che l'uomo, ad ogni passo che compie nella sua vita, si avvicini sempre pili a questo fine. Malattia e morte distruggono la fantasia dell'uomo ammalata di grandiosità e correggono tutte le sue parzialità.
L'uomo vive in base al proprio Ego, che ha una fama costante di potere. Ogni " Ma io voglio... ", è espressione di questa volontà di potenza. L'Io si dilata sempre più e fa in modo di asservire sempre l'uomo con travestimenti sempre nuovi e sempre pili belli. L'Io vive di questa limitazione e ha quindi paura della dedizione, dell'amore e dell'unione. L'Io decide e realizza un polo, e di conseguenza spinge fuori l'ombra, la proietta sul Tu, sul mondo circostante. La malattia compensa tutte queste unilateralità in quanto attraverso i sintomi lo riporta al centro ogni volta che se ne allontana. La malattia, che richiede umiltà e abbandono, compensa la superbia dell'Ego. Così ogni capacità e ogni abilità rendono l'uomo corrispondentemente aggredibile dalla malattia.
Ogni tentativo di vivere in modo sano è una provocazione alla malattia. Noi sappiamo bene che discorsi come questi non sono adatti al nostro tempo: in fondo la medicina sta tentando diligentemente di ampliare e migliorare sempre pili le sue misure preventive; d'altra parte noi stiamo vivendo un boom, quello della " vita naturale e sana ". Sia questo modo di affrontare la malattia che quello della medicina ufficiale prendono le mosse dalla possibilità funzionale di prevenire le malattie e credono nell'esistenza di un uomo sano in sé, cui è possibile far evitare le malattie con metodi di vario genere. E ben comprensibile come si

preferisca prestare orecchio a questi messaggi consolanti piuttosto che al nostro deludente: l'uomo è malato.

La malattia fa parte della salute come la morte della vita. Parole come queste sono scomode, ma hanno il vantaggio che chiunque è in grado di vederne l'esattezza solo osservando senza pregiudizi. Non è nostra intenzione presentare nuove verità di fede, noi vogliamo soltanto aiutare coloro che sono pronti a guardare con più penetrazione e a dirigere meglio lo sguardo. La distruzione delle illusioni non è mai facile e gradevole, però dona sempre una libertà nuova.
La vita dell'uomo è una vita lastricata di disillusioni; all'uomo verrà tolta un'illusione dopo l'altra fino a quando non riconoscerà la verità. Così colui che osa riconoscere che malattia e morte sono compagne fedeli e inevitabili della propria esistenza si renderà presto conto che questo riconoscimento non porta affatto alla disperazione, ma scoprirà in esse dei saggi e disponibili amici che lo aiuteranno costantemente a trovare la sua vita, quella vera. Raramente infatti troviamo tra gli uomini amici tanto onesti e leali da smascherare veramente ogni momento i giochi del nostro Ego e capaci di dirigere il nostro sguardo verso la nostra ombra. Se un amico lo facesse davvero, lo definiremmo subito " nemico ". Lo stesso avviene con la malattia. Essa è troppo leale perché possiamo amarla.
La nostra vanità ci rende ciechi, tuttavia i nostri sintomi sono incorruttibili e ci costringono ad essere onesti. Con la loro semplice esistenza ci mostrano che cosa in realtà non va, che cosa ci manca, che cosa abbiamo fatto indebitamente, che cosa è nell'ombra in attesa di realizzarsi; ci mostrano invece dove e perché siamo diventati unilaterali. I sintomi ci mostrano con la loro fedeltà o il loro ripresentarsi che non abbiamo affatto risolto rapidamente e definitivamente un problema, come in genere avevamo intenzione di fare. La malattia pone il dito sempre sulla piccolezza e l'impotenza dell'uomo, specialmente quando crede di poter cambiare il corso del mondo con la propria potenza. Basta un dolor di denti, un colpo della strega, un'influenza o un attacco di diarrea per trasformare un radioso vincitore in un povero verme. Proprio questo è l'aspetto che più odiamo nella malattia.
Di conseguenza tutto il mondo è disposto a fare grandi sforzi per eliminare le malattie. Il nostro Ego ci sussurra diligente che si tratta di una piccolezza e non ci consente di renderci conto che coi nostri sforzi, anche se coronati da

successo, non facciamo altro che immergerci sempre più nella malattia. Abbiamo già detto che né la medicina preventiva né la " vita sana " né i vari metodi per evitare le malattie hanno prospettive di successo. Un detto antico contiene invece molta saggezza, se lo sappiamo intendere: " Prevenire è meglio che curare ", se con " prevenire " intendiamo una volontaria accettazione, prima ancora che la malattia si manifesti. La malattia rende l'uomo sanabile. La malattia è il punto chiave, quello in cui è possibile trasformare lo stato di nonsalute in stato di salute. Perché questo possa accadere, l'uomo deve smettere di lottare e imparare invece che cosa ha da dirgli la malattia. Il paziente deve guardare dentro di sé ed entrare in comunicazione coi propri sintomi, se proprio vuole conoscerne il messaggio. Deve essere pronto a mettere in discussione tutto ciò che pensa di se stesso e a integrare

consapevolmente quello che il sintomo cerca di fargli capire a livello fisico. La guarigione è sempre collegata ad una dilatazione di coscienza e ad una maturazione. Se il sintomo è sorto perché una componente dell'ombra è precipitata nel corpo e li si è manifestata, così la guarigione è il processo inverso: il principio del sintomo viene portato a livello di coscienza e redento quindi dalla propria esistenza materiale.

6. La ricerca della causa

Le nostre inclinazioni hanno sempre una dote sorprendente, quella di mascherarsi da ideologie.
Hermann Hesse

Può darsi che le considerazioni che abbiamo finora esposto non siano state completamente comprese, in quanto sono difficilmente conciliabili con le conoscenze scientifiche relative alle cause dei diversi sintomi. In genere si è disponibili a riconoscere ai propri sintomi una causa totalmente o parzialmente psicologica - ma che dire di tutte le altre malattie di cui è stata definitivamente dimostrata la causa fisica?
Ci imbattiamo qui in un problema basilare delle nostre consuetudini di pensiero. È ormai ovvio per l'uomo l'interpretazione causale degli eventi percepibili e la costruzione di ampie catene causali, in cui causa ed effetto hanno un rapporto reciproco ben preciso. Così per esempio chi legge il libro può farlo perché io l'ho scritto e perché la casa editrice l'ha pubblicato e perché il libraio l'ha venduto e così via. La concezione causale appare così illuminante e addirittura obbligata che la maggior parte delle persone la considera una premessa necessaria del pensiero umano. Infatti si va ovunque in cerca delle pili diverse cause delle più varie manifestazio

ni, sperando di ricavarne non soltanto più chiarezza sui rapporti, ma anche la possibilità di poter intervenire nei processi causali. Qual è il motivo dei prezzi in crescita, della disoccupazione, della criminalità giovanile? Quale causa ha un terremoto o una determinata malattia? Domande su domande, e ovunque si spera di scovare la vera causa.
Ora però la causalità non è affatto così priva di problemi e scontata come potrebbe sembrare ad una considerazione superficiale. Si può addirittura dire (e queste voci diventano sempre più numerose) che il desiderio dell'uomo di spiegare il mondo in termini causali ha portato molta confusione e molte controversie nella storia dell'umana conoscenza e ha portato a conseguenze che cominciano soltanto oggi a risultare parzialmente evidenti. Da Aristotele in poi la concezione di causa viene suddivisa in quattro categorie.
Così si distingue tra causa efficiente, la causa dell'impulso, la causa materiale, cioè la causa che ha le sue basi nella materia, la causa formale, quella che dà la forma, e infine la causa finale, ovvero la causa dello scopo, quella che deriva dalla meta che ci siamo prefissi.
L'esempio classico della costruzione di una casa farà capire facilmente le quattro categorie della causa. Per costruire una casa occorre prima di tutto l'intenzione di costruire una casa (causa finale), poi un impulso o un'energia, che si manifesta per esempio nell'investimento e nella forza lavorativa (causa efficiente), inoltre progetti (causa formale) e infine materiale come cemento, tegole, legno, ecc. (causa materiale). Se manca

una di queste quattro cause, sarà difficile riuscire a realizzare la casa.
Tuttavia il bisogno di una causa vera, " causale ", porta continuamente a ridurre il concetto quadruplice di causa. Si sono così manifestati due indirizzi con concezioni opposte. I rappresentanti di un indirizzo hanno visto nella causa finale la vera causa di tutte le cause. Nel nostro esempio l'intenzione di costruire una casa sarebbe l'autentica premessa di tutte le altre cause. In altre parole: l'intenzione o lo scopo rappresenta sempre la causa di tutte le cause. Per esempio la causa del fatto che scrivo queste righe è la mia intenzione di pubblicare un libro. Questa concezione finale della causa ha fatto da base alle scienze dello spirito, da cui le scienze naturali si sono netta

mente differenziate col loro modello causale energetico (causa efficiente).
Per l'osservazione e la descrizione delle leggi naturali la subordinazione di un'intenzione o di un fine è risultata troppo ipotetica, mentre aveva un senso l'ammissione di una causa o di un impulso. Così le scienze naturali si basarono su una legge causale nel senso di un impulso energetico.
Queste due diverse concezioni della causalità separano ancora oggi le scienze spirituali da quelle naturali e hanno reso difficile se non impossibile la reciproca comprensione. Il pensiero scientifico causale segue la causa nel passato, mentre il modello della finalità proietta la causa nel futuro. Formulata così, quest'ultima constatazione può risultare per molti ostica da capire - infatti come può la causa essere successiva all'effetto? D'altra parte nella vita quotidiana non ci si perita affatto dal formulare questo rapporto d'azione: " Vado adesso perché il treno passa tra un'ora ", oppure: " Ho comprato un regalo perché la settimana prossima è il suo compleanno ". In tutte queste formulazioni un evento futuro proietta i suoi effetti all'indietro.
Se consideriamo gli eventi della nostra vita quotidiana, vedremo che alcuni si adattano di più ad una causa energetica nel passato ed altri ad una causa finale collocata nel futuro. Diremo per esempio: " Faccio acquisti oggi perché domani è domenica ", e: " Il vaso è caduto perché l'ho urtato ". È però pensabile anche un doppio modo di considerare: per esempio la causa di un soprammobile andato in pezzi durante una lite coniugale potrebbe esser vista o nel fatto che è stato gettato a terra o anche nel fatto che si voleva far arrabbiare l'altro. Tutti questi esempi fanno capire che le due concezioni causali tengono in considerazione piani diversi, che hanno entrambi la loro giustificazione. La variante energetica rende possibile la concezione di un rapporto meccanico e si riferisce così sempre a un piano materiale, mentre la causalità finale lavora con motivazioni o intenzioni, che bisogna attribuire non più alla materia, ma soltanto alla psiche. Così il conflitto cui abbiamo accennato è una formulazione speciale delle seguenti polarità:
causa efficiente- causa finale passato- futuro materia- spirito corpo - psiche

A questo punto sarebbe ora utile mettere in pratica tutto quello che abbiamo detto della polarità. Allora potremmo scambiare l'o/o in un sia/sia e capire così che i due modi di considerare non si escludono, ma si completano. (È sorprendente quanto poco si sia imparato dalla struttura corpuscolare e ondulatoria della luce!). Anche qui quello che

conta è l'angolatura da cui considero, e non che cosa è giusto e che cosa è sbagliato. Quando da un distributore automatico di sigarette esce una scatola di sigarette, si può vedere la causa di questo fatto nel denaro che si è messo dentro la macchina, o anche nell'intenzione di voler fumare delle sigarette. (Questo è qualcosa di più di un gioco di parole, perché senza il desiderio e l'intenzione di fumare le sigarette non esisterebbero i distributori automatici di sigarette).
Entrambi i modi di considerare sono legittimi e non si escludono affatto reciprocamente. Un solo modo però sarà sempre imperfetto, perché l'esistenza di tutte le cause materiali ed energetiche non porterà all'esistenza di un distributore automatico di sigarette finché mancherà l'intenzione di costruirlo. Allo stesso modo l'intenzione da sola non basta a creare una cosa. Anche qui un polo vive del polo opposto.
Quello che nel caso del distributore automatico di sigarette può sembrare banale, è un tema contrastato che ha già riempito biblioteche. Per l'umana esistenza la causa consiste unicamente nella catena causale materiale del passato e quindi il fatto che noi siamo come siamo è il risultato casuale dell'evoluzione e dei processi selettivi dall'atomo di idrogeno fino al cervello umano? Oppure la causalità ha bisogno anche dell'intenzione, che agisce dal futuro e fa quindi muovere l'evoluzione verso un fine ben definito?
Per gli scienziati questo secondo aspetto è " troppo grande, troppo ipotetico ", per i filosofi il primo aspetto è " troppo piccolo, troppo povero ". Tuttavia se noi consideriamo evoluzioni più piccole e quindi totalmente valutabili, troviamo sempre le due diverse causalità. La tecnologia da sola non basta per costruire gli aeroplani: ci vuole l'idea completa del volo, che deve scaturire dalla coscienza umana. Altrettanto dicasi per l'evoluzione: essa non è il risultato di decisioni o sviluppi casuali, ma la realizzazione materiale e biologica di un modello eterno. I processi materiali spingono da un lato, la

forma finale richiama dall'altro, affinché al centro possa verificarsi una manifestazione.
Ed ecco che siamo arrivati al successivo problema che questo tema presenta. La causalità richiede come premessa la linearità, su cui può venire segnato un prima o un dopo nel senso di rapporto di azione. La linearità dal canto suo ha come premessa il tempo, e questo in realtà non esiste. Ricordiamoci che nella nostra coscienza il tempo nasce attraverso la polarità che ci costringe a suddividere la contemporaneità dell'unità in una successione. Il tempo è un fenomeno della nostra coscienza che noi proiettiamo all'esterno. Poi noi crediamo che il tempo esista anche indipendentemente da noi. A questo si aggiunge che noi immaginiamo il flusso del tempo sempre lineare e in un'unica direzione. Crediamo che il tempo corra dal passato verso il futuro e non consideriamo che nel punto che noi chiamiamo presente si incontrano sia il passato che il futuro. Questo rapporto difficilmente immaginabile può esser reso evidente dalla seguente analogia. Noi immaginiamo il corso del tempo come una linea diritta, un capo della quale corre in direzione passato, mentre l'altra estremità si chiama futuro.
Presente
Passato Futuro
Ora noi sappiamo però dalla geometria che in realtà non esistono linee parallele, perché la curvatura sferica dello spazio fa si che ogni linea diritta, se noi la prolunghiamo all'infinito, si chiude in un cerchio (teoria di Riemann). Quindi in realtà ogni linea dritta è la sezione di un cerchio. Se noi trasferiamo questa conoscenza alla nostra asse del tempo, come l'abbiamo sopra rappresentata, vediamo che le due direzioni passato e futuro si incontrano nel cerchio.

Passato ^^ ^ Futuro
I I I
I I
Presente

Questo vuol dire: noi viviamo sempre in funzione del passato, o il nostro passato è stato determinato dal nostro futuro. Se noi applichiamo a questo modello la nostra concezione di causalità, il problema che abbiamo discusso all'inizio diviene immediatamente chiaro: la causalità si muove in entrambe le direzioni verso ogni punto, proprio come fa il tempo. Pensieri come questo possono sembrare insoliti, ma non sono più difficili da capire del fatto per noi normale che volando intorno al mondo si ritorna al punto di partenza, sebbene ce ne allontaniamo sempre più.
Negli anni Venti di questo secolo l'esoterista russo P.D. Ouspensky, nel suo commento visionario alla quattordicesima carta dei tarocchi {la temperanza), accennò al problema del tempo con queste parole: " Il nome dell'angelo è il tempo, disse la voce. Sulla sua fronte c'è il cerchio, segno di eternità e segno di vita. Nelle mani dell'angelo ci sono due boccali, d'oro e d'argento. Un boccale è il passato, l'altro è il futuro. L'arcobaleno tra i due boccali è il presente. Vedi bene che esso scorre in entrambe le direzioni. Questo è il tempo nel suo aspetto incomprensibile per l'uomo. Gli uomini pensano che tutto scorra incessantemente in un'unica direzione. Non vedono che tutto si unisce eternamente, che uno viene dal passato e l'altro dal futuro, e che il tempo è una molteplicità di cerchi, che ruotano in diverse direzioni. Cerca di capire questo mistero e impara

a distinguere le correnti opposte nell'arcobaleno del presente ". (Ouspensky: " Un nuovo modello dell'universo ").
Anche Hermann Hesse affrontò ripetutamente nelle sue opere questo tema del tempo. Così per esempio fa dire a Klein nell'imminenza della morte: " È bene che questa conoscenza sia venuta quando non c'è più tempo. L'uomo è separato da tutto ciò che desidera sempre e soltanto dal tempo ". Nella sua opera poetica " Siddharta " Hesse tratta il tema dell'atemporalità in molti punti. Una volta gli chiese: " Hai appreso anche tu quel segreto del fiume: che il tempo non esiste? ". Un chiaro sorriso si diffonde sul volto di Vasudeva. " Si, Siddharta ", rispose. " Ma è questo ciò che tu vuoi dire: che il fiume si trova ovunque in ogni istante, alle sorgenti e alla foce, alla cascata, al traghetto, alle rapide, nel mare, in montagna, dovunque in ogni istante, e che per lui non vi è che presente, neanche l'ombra del passato, neanche l'ombra dell'avvenire? ". E Siddharta disse: " Si, questo ". E quando l'ebbi appreso, allora considerai la mia vita e vidi che è anch'essa un fiume, vidi che soltanto ombre, quindi nulla di reale, separano il ragazzo Siddharta dall'uomo Siddharta e dal vecchio Siddharta. Anche le precedenti incarnazioni di Siddharta non furono un passato, e la sua morte e il suo ritorno a Brahma non sono un avvenire. Nulla fu, nulla sarà: tutto è, tutto ha realtà e presenza.
Se gradualmente ci rendiamo conto che tempo e linearità non esistono al di fuori della nostra coscienza, anche il modello della causalità non risulterà più così assoluto. Risulta infatti che anche la causalità è soltanto un modo soggettivo di considerare dell'uomo, o, come diceva David Hume, " una necessità dell'anima ". In effetti non c'è motivo di considerare il mondo in termini non causali - ma non c'è neppure motivo di interpretarlo causalmente. La domanda determinante non è: vero o sbagliato? Ma eventualmente nel caso singolo: adatto o inadatto?

Considerando da questo punto di vista, risulta che la causalità si rivela adatta molto più raramente di quanto oggi in genere si pensi. Ovunque noi abbiamo a che fare con aspetti relativamente piccoli del mondo e tutte le volte che gli eventi non si sottraggono al nostro sguardo, i nostri concetti di tempo, linearità e causalità rendono bene giustizia alla vita quotidiana. Se però la dimensionalità cresce o si eleva il livello di una domanda, la causalità porta più a conclusioni insensate che

m

alla conoscenza. La causalità necessita infatti sempre di una conclusione ben stabilita. Nel pensiero causale ogni manifestazione ha una causa, motivo per cui non solo è permesso ma è anche necessario interrogarsi sulla causa della causa. Questo processo porta a indagare la causa della causa della causa - ma purtroppo non conduce mai a una conclusione. La causa prima di tutte le cause non potrà mai venir trovata. O a un certo punto si smette di porre domande, o si arriva a una domanda senza risposta, che non può avere più senso della famosa domanda se sia nato prima l'uovo o la gallina.
Con queste considerazioni vorremmo far capire che il concetto di causalità nella vita quotidiana può al massimo essere utilizzabile come funzione ausiliatrice del pensiero, ma è totalmente insufficiente e inutilizzabile come strumento per capire rapporti scientifici, filosofici e metafisici. Il convincimento che esistano rapporti causali è sbagliato, perché si basa sul presupposto della linearità e del tempo. Se però ammettiamo che la causalità potrebbe essere un possibile (e quindi imperfetto) modo soggettivo di considerare dell'uomo, allora diventa di nuovo legittimo applicarla là dove ci appare utile nella nostra vita. Però noi oggi crediamo generalmente che la causalità sia esistente in sé e per sé e addirittura dimostrabile sperimentalmente - ed è contro questo errore che stiamo dicendo le cose che diciamo. L'insistere nell'interpretazione esclusivamente causale ha enormemente limitato il nostro modo di vedere.
Nel campo della scienza è stata la fisica dei quanti che ha messo in discussione la concezione causale. Infatti Werner Heisenberg ha detto " che in ambiti spaziotemporali minimi, ovvero dell'ordine di grandezza delle particelle elementari, spazio e tempo scompaiono in maniera tutta particolare, in modo cioè che non è più possibile definire esattamente neppure i concetti di prima o dopo. Nelle grandi dimensioni non cambierebbe naturalmente niente della struttura spazio/tempo, però bisognerebbe tener conto della possibilità che esperimenti condotti in ambiti spaziotemporali minimi potrebbero mostrare che certi processi si svolgono col tempo che scorre al contrario a quello previsto dalla causalità ".
Heisenberg si esprime chiaramente ma con prudenza, perché come fisico limita le sue osservazioni a ciò che si può osservare. Tuttavia queste osservazioni si inseriscono perfettamente in quella visione delle cose che i saggi di tutto il

mondo hanno da sempre indicata. L'osservazione delle particelle elementari avviene in un territorio di confine del nostro mondo dominato da spazio e tempo - e ci troviamo per così dire al " luogo di nascita della materia ". Qui, come dice Heisenberg, spazio e tempo spariscono. Prima e dopo diventano invece sempre più evidenti via via che si penetra

nella struttura più vasta e più grossolana della materia. Se però ci moviamo nell'altra direzione, si perde subito la possibilità di distinguere nettamente tra spazio e tempo, prima e dopo, finché infine questa separazione svanisce del tutto e arriviamo là dove dominano unità e inseparabilità. Qui non c'è né spazio né tempo; qui domina l'eterno qui e adesso. Qui troviamo il punto che tutto contiene e che tuttavia viene chiamato " nulla ". Tempo e spazio sono le due coordinate che reggono il mondo della polarità, il mondo dell'illusione, Maja; prendere coscienza della loro nonesistenza è premessa indispensabile per poter raggiungere l'unità.
In questo mondo polare la causalità è una prospettiva della nostra coscienza, un modo di interpretare gli eventi, è il modo di pensare dell'emisfero cerebrale sinistro. Abbiamo già detto che l'immagine scientifica del mondo è quella dell'emisfero sinistro - e non c'è quindi da meravigliarsi che qui si dia tanto peso alla causalità. L'emisfero destro però non conosce alcuna causalità, ma pensa in maniera analogica. Con l'analogia abbiamo trovato un secondo modo di considerare, opposto alla causalità, un modo che non è più giusto o più sbagliato, migliore o peggiore, ma che costituisce il necessario completamento dell'unilaterale causalità. Soltanto tutti e due insieme - causalità e analogia - possono creare un sistema di coordinate in cui il nostro mondo polare può essere interpretato in modo significativo.
Come la causalità rende evidenti rapporti orizzontali, così l'analogia segue (verticalmente) principi originari attraverso tutti i piani delle loro manifestazioni. L'analogia non cerca rapporti d'azione, ma si orienta in base all'identità del contenuto nelle diverse forme. Se nella causalità il rapporto temporale è espresso con un " prima "/" dopo ", l'analogia vive in base alla sincronicità. Se la causalità porta a differenziazioni sempre più evidenti, l'analogia riunisce la molteplicità in modelli unitari.
L'incapacità della scienza di pensare in maniera analogica la costringe ad indagare sempre di nuovo le leggi su tutti i

piani. La scienza non osa e non può, trovata una legge, compiere astrazioni in modo che questa legge possa essere considerata per analogia come principio valido su tutti i piani. Essa per esempio studia la polarità nell'elettricità, in campo atomico, negli emisferi cerebrali e in mille altri campi: e ogni volta lo fa di nuovo, senza tener conto degli altri campi e di quanto è stato qui scoperto. L'analogia sposta l'angolatura di novanta gradi e pone le forme più diverse in un rapporto analogico, scoprendo in tutte lo stesso principio di base. Così per esempio il polo elettrico positivo, l'emisfero cerebrale sinistro, il sole, il fuoco, lo Yang cinese hanno improvvisamente qualcosa a che fare l'uno con l'altro, sebbene non esistano tra di loro rapporti causali. L'analogia comune deriva dal principio di base comune a tutte le forme citate, che nel nostro esempio potrebbe essere il principio maschile o dell'attività.
Un simile modo di vedere divide il mondo in componenti archetipe, e considera i diversi modelli formati dagli archetipi. Questi modelli si ritrovano per analogia in tutti i piani delle forme di manifestazione - come sopra, così sotto. Questo modo di vedere deve essere appreso esattamente come quello causale. Esso dischiude però un lato totalmente diverso del mondo e rende visibili rapporti e modelli che per l'occhio abituato alla prospettiva causale sono invisibili. Come i vantaggi della causalità si trovano nell'ambito della funzionalità, l'analogia ha il merito di far divenire trasparenti i rapporti a livello di contenuto. Grazie alla causalità, l'emisfero sinistro può sezionare e analizzare

molte cose, però non riesce ad afferrare il mondo come tutto. L'emisfero destro deve a sua volta rinunciare alla capacità di controllare gli eventi di questo mondo, però sa vedere il tutto, la forma, ed è quindi in condizione di far propri i significati. La significatività è al di fuori dello scopo e della logica, o come dice Lao Tse:
Il significato che noi possiamo esprimere,
non è il significato eterno.
Il nome che si può pronunciare
non è il nome eterno.
" Non essere " io definisco l'inizio del cielo e della terra.
" Essere " definisco la madre degli esseri viventi.
Per questo andando verso il non essere
si scorge l'entità meravigliosa,

andando verso l'essere
si trovano le limitazioni spaziali.
Entrambi sono una cosa sola quanto all'origine,
diversi soltanto per il nome.
Nell'unità è il segreto.
Il segreto più profondo del segreto
è la porta attraverso la quale si manifestano
tutti i miracoli.

7. Il metodo della domanda

" Tutta la vita non è altro che domande divenute forma, che portano in sé il nocciolo della risposta - e risposte gravide di domande. Chi ci vede qualche altra cosa, è un pazzo ".
Gustav Meyrinck, GOLEM

Prima di accostarci alla seconda parte di questo libro, in cui cerchiamo di decifrare il senso dei sintomi più frequenti, vorremmo dire qualcosa sul metodo della domanda. Non è nostra intenzione scrivere un libro tipo manuale, in cui all'occorrenza si possa individuare rapidamente il proprio sintomo per capire che cosa significa, per poi annuire o scuotere la testa con incredulità. Aspettarsi ciò da questo libro sarebbe il malinteso più grande che si potrebbe avere. Noi desideriamo trasmettere un determinato modo di vedere e di pensare, che renda possibile al lettore interessato di considerare in modo diverso le proprie malattie e quelle del prossimo.
Per fare questo è però necessario apprendere una volta per tutte certe premesse e certe tecniche, dato che la maggior parte degli uomini non ha imparato a lavorare con le analogie e i simboli. Per questo nella seconda parte del libro abbiamo previsto molti esempi concreti. Essi sono destinati a destare nel lettore la capacità di pensare e vedere anche in questi termini. Soltanto se si riesce a sviluppare capacità proprie si ot

tiene qualcosa di utile, perché le interpretazioni prefabbricate ben raramente risultano utili per il singolo. È come per l'interpretazione dei sogni: bisognerebbe usare un libro per l'interpretazione dei sogni soltanto per imparare a interpretare i sogni, non per analizzare i propri sogni.
Per questo motivo la seconda parte del libro non ha alcuna pretesa di completezza, per quanto abbiamo fatto il possibile per affrontare tutti i

campi fisici e organici, al fine di fornire il necessario materiale di partenza al lettore desideroso di lavorare col proprio sintomo concreto. Finora abbiamo cercato di presentare le basi filosoficoideologiche; nell'ultimo capitolo della sezione teorica presenteremo le regole e gli aspetti più importanti, quelli che consentono un'interpretazione dei sintomi. E lo strumento che insieme a un po' di esercizio consentirà a chi è seriamente interessato alla ricerca di interrogare i sintomi in modo significativo.

Causalità in medicina

Il problema della causalità è di grande importanza per il nostro tema perché sia la medicina ufficiale che quella naturale, la psicologia e la sociologia gareggiano tra loro nel ricercare le cause autentiche dei sintomi patologici e nel rincorrere la guarigione attraverso l'eliminazione degli stessi. Così c'è chi cerca queste cause nell'inquinamento, chi in eventi della prima infanzia che hanno prodotto un trauma, chi nelle negative condizioni del posto di lavoro. Dal contenuto di piombo dell'aria alla società dei consumi, tutto è stato preso in considerazione come causa possibile di malattie.

Noi invece riteniamo che la ricerca delle cause delle malattie sia un gran vicolo cieco per la medicina e la psicologia. È vero che si continueranno a trovare le cause fintanto che le si cercherà, tuttavia la fede nel concetto causale impedisce di vedere che le cause che si sono trovate sono soltanto il risultato della propria aspettativa. In realtà non sono cause vere. Il concetto di causa porta solo fino a mezza strada: se per esempio la causa di un'infezione viene individuata in determinati agenti, ci si può chiedere come mai in quel caso specifico quegli agenti abbiano prodotto l'infezione, e in altri casi no. Il motivo può essere individuato in una ridotta capacità difen

siva dell'organismo, il che porta a chiedersi come mai si sia prodotta questa situazione. Questo giochetto può essere portato avanti all'infinito, perché anche se a forza di ricercare la causa si arriva al bigbang, resta sempre aperta la questione della causa del bigbang... Nella pratica si preferisce, in genere, fermarsi a un determinato punto e comportarsi come se il mondo cominciasse li. Ci si rifugia in concetti generali che non dicono niente, come " locus minoris resistentiae " o " notevole sovraccarico ", " debolezza organica " o concetti del genere. Ma chi ci dà il diritto di innalzare a " causa " un determinato anello della catena? Non è leale parlare di una causa o di una terapia causale, perché come abbiamo visto il concetto causale non consente di trovare la causa prima.

Ci si avvicinerebbe di più alla soluzione se si lavorasse con quel concetto causale polare di cui abbiamo parlato all'inizio di questa trattazione. Da questo punto di vista una malattia dipenderebbe da due direzioni, cioè dal passato e dal futuro. In questo modello la finalità avrebbe un determinato quadro sintomatico, e la causalità efficiente fornirebbe i mezzi materiali e corporali necessari per realizzare il quadro finale. In questo modo si evidenzierebbe quel secondo aspetto della malattia che non si nota affatto se si considerano le cose dalla solita angolatura unilaterale: la finalità della malattia e quindi il significato che essa ha. Una frase non è tanto il risultato di carta, inchiostro, macchina da scrivere, segni di interpunzione ecc., quanto l'intenzione finale di trasmettere un'informazione.

Non può essere tanto difficile capire che riducendo tutto a processi materiali, cioè al condizionamento del passato, l'aspetto essenziale va perduto. Ogni manifestazione possiede forma e contenuto, consiste di parti e ha una forma, che è più della somma delle parti. Ogni manifestazione viene determinata dal passato e dal futuro. La malattia non fa eccezione. Dietro a un sintomo si cela un'intenzione, un

contenuto, che ha ora la possibilità di realizzarsi in modo concreto. Per questo una malattia può usare come causa tutte le cause possibili.
È qui che fallisce il metodo della medicina. Essa crede di poter impedire le malattie eliminando le cause e non tiene conto del fatto che la malattia è tanto flessibile da andarsi a cercare altre cause e da trovarle, per poter continuare a realizzarsi. Questo rapporto è molto semplice: se qualcuno per esempio

ha l'intenzione di costruirsi una casa, non si fa certo distogliere da questo progetto per il fatto che qualcuno gli porta via le pietre: cambierà idea e si costruirà una casa di legno. Una soluzione potrebbe essere quella di togliergli tutto il materiale possibile, però questa soluzione è alquanto difficile sul piano della malattia. Bisognerebbe sottrarre il corpo al paziente per essere sicuri che la malattia non potesse più trovare delle cause. Questo libro tratta il tema delle cause finali della malattia e intende integrare il modo di vedere funzionale e unilaterale introducendo il secondo polo mancante. Sia ben chiaro, noi non intendiamo affatto negare i progressi compiuti dalla medicina; vogliamo solo far capire che i processi materiali individuati dalla medicina non sono le cause vere della malattia.
Come abbiamo già accennato, la malattia ha uno scopo e un fine, che abbiamo finora descritto come tensione alla guarigione nel senso di unione. Se si suddivide la malattia nelle sue molte espressioni sintomatiche, si può interrogare ogni sintomo sul proprio scopo e la propria informazione: a queste domande si avranno risposte solo di tipo funzionale.
La differenza tra il nostro modo di considerare e la psicosomatica classica consiste nella rinuncia a una selezione dei sintomi. Noi riteniamo ogni sintomo interpretabile e non accettiamo eccezioni. La seconda differenza consiste nella rinuncia al modello causale orientato verso il passato della psicosomatica classica. È di secondaria importanza dal punto di vista concettuale credere di aver individuato la causa di un disturbo nei bacteri o nella mamma cattiva. Il modello psicosomatico non si è liberato dall'errore di base della concezione causale che prevede un unico polo. A noi non interessano le cause del passato, perché di queste, come abbiamo visto, ce ne sono tante quante si vuole, e tutte sono ugualmente importanti e ugualmente insignificanti. Il nostro modo di considerare potrebbe essere definito " causalità finale " o, ancor meglio, ricorrendo al concetto atemporale di analogia.
L'uomo possiede un suo modo di essere indipendente dal tempo, che però col passare del tempo deve essere da lui realizzato e portato a livello di coscienza. Questo suo modello interno viene chiamato " Sé ".
La strada che l'uomo percorre nella vita è quella che porta a questo Sé, che è simbolo di totalità. L'uomo ha bisogno di " tempo " per trovare questa totalità - che però è presente

fin dall'inizio. Proprio in questo consiste l'illusione del tempo - l'uomo ha bisogno di tempo per trovare ciò che esiste da sempre. (Quando qualcosa diventa incomprensibile, bisognerebbe sempre ricordare gli esempi adatti: in un libro il romanzo è presente tutto contemporaneamente, ma il lettore ha bisogno di tempo per prendere coscienza di tutta l'azione che era li sin da principio!). Questa via noi la chiamiamo "evoluzione ". L'evoluzione è la realizzazione cosciente di un modello esistente da sempre (cioè senza tempo). Su questa via

dell'autoconoscenza si incontrano costantemente difficoltà ed errori, o - formulato in altro modo - non si vogliono o non si possono vedere determinate parti del modello. Questi aspetti non consapevoli noi li abbiamo chiamati l'ombra. Nel sintomo patologico l'ombra rivela la sua presenza e si realizza. Per poter capire l'importanza di un sintomo, non c'è affatto bisogno di concetti quali tempo o passato. La ricerca delle cause nel passato distoglie dall'informazione vera e propria, perché rinuncia alla responsabilità personale attraverso la proiezione della colpa sulla causa.
Se interroghiamo un sintomo sul suo significato, la risposta rende visibile una parte del nostro modello. Se indaghiamo nel nostro passato, troviamo naturalmente anche li diverse forme espressive di questo modello. Questo non dovrebbe indurci a chiamare subito in causa una causalità, perché si tratta di forme parallele, adeguate al tempo, del medesimo tipo di problema. Un bambino per realizzare i suoi problemi utilizza genitori, fratelli e insegnanti, l'adulto il coniuge, i figli, i colleghi di lavoro. Non sono le condizioni esteriori a far ammalare l'uomo, è l'uomo che utilizza tutte le possibilità per metterle al servizio della sua malattia. Solo il malato trasforma le cose in cause prime.
Il malato è protagonista e vittima insieme, egli soffre sempre soltanto della propria mancanza di coscienza. Questa constatazione non è un giudizio di valori, perché soltanto " l'illuminato " non ha più ombra; si vuole soltanto evitare all'uomo l'illusione di ritenersi vittima di una qualunque circostanza, perché in questo modo il malato stesso si priva della possibilità della trasformazione. Non sono i bacteri né le radiazioni sotterranee a provocare la malattia, è l'uomo che li utilizza come mezzi per realizzare la sua condizione di ammalato. (La stessa frase, trasposta in un altro piano, risulta molto più compren

sibile: né colori né tela danno origine a un quadro - è l'uomo che li utilizza come mezzi per realizzare il proprio quadro).
A questo punto deve esser chiaro che la prima importante regola da applicare nell'interpretazione delle malattie deve essere la seguente:
Regola n. 1: nell'interpretazione dei sintomi rinunciate ai rapporti apparentemente causali sul piano funzionale. Questi rapporti si trovano sempre e la loro esistenza non viene messa in discussione. Noi interpretiamo il sintomo soltanto nella sua manifestazione qualitativa e soggettiva. Per l'importanza del sintomo le catene causali fisiologiche, morfologiche, chimiche, nervose, ecc., che portano alla realizzazione del sintomo stesso, sono irrilevanti. Per riconoscere i contenuti, importa soltanto che qualcosa esista e come esista - e non perché esista.
La qualità temporale della sintomatica
Quanto è privo di interesse per il nostro problema il passato temporale, tanto è interessante e significativo il momento in cui il sintomo si è manifestato. L'esatto momento in cui il sintomo fa la sua comparsa può fornire importanti informazioni sul problema che si manifesta nel sintomo. Tutti i fatti che si svolgono contemporaneamente alla comparsa del sintomo costituiscono il campo della sintomatica e devono essere presi in considerazione insieme.
Qui non si tratta soltanto di considerare eventi esterni, si tratta soprattutto di prendere coscienza di processi interiori.
Di quali pensieri, argomenti e fantasie ci si stava occupando quando è apparso il sintomo? Di che umore si era? Erano giunte notizie

particolari, c'erano stati cambiamenti nella vita? Va tenuto presente che spesso proprio i fatti ritenuti privi di importanza e poco significativi nella realtà risultano importanti. Dato che nel sintomo si manifesta qualcosa di represso, anche tutti i fatti che hanno a che fare col sintomo vengono repressi nella loro importanza e svalutati di conseguenza.
Per lo più non si tratta delle grandi cose della vita, perché queste le si affronta consapevolmente. Le piccole, innocenti cose della vita quotidiana sono spesso i segnali di allarme di problematiche represse. Sintomi acuti come raffreddore, malessere,

diarrea, bruciore di stomaco, mal di testa, ferite e simili reagiscono in modo molto esatto dal punto di vista temporale. Qui vale veramente la pena di chiedersi che cosa si è fatto, pensato o fantasticato in quel momento. Se ci si interroga sul rapporto, è bene considerare con attenzione la prima idea che sorge spontaneamente, senza scartarla come una cosa senza importanza.
Tutto questo necessita di un certo esercizio e di una buona dose di onestà verso se stessi, o - per meglio dire - di diffidenza nei confronti di se stessi. Chi presume di conoscersi bene e di poter quindi decidere su due piedi che cosa va bene e che cosa invece non va, non riuscirà mai ad ottenere particolari successi sulla via della conoscenza di se stesso. È sulla strada giusta piuttosto chi ritiene che il primo che passa per la strada sia in grado di valutare meglio di quanto egli stesso sia in grado di fare.
Regola n. 2: analizzate il momento in cui il sintomo si è manifestato. Interrogatevi sulla situazione di vita, i pensieri, le fantasie, i sogni, gli eventi e le notizie relativi al momento della comparsa del sintomo.
Analogia e simbolismo del sintomo
Veniamo ora alla tecnica centrale dell'interpretazione, che non è facile descrivere verbalmente e insegnare. Per prima cosa è necessario sviluppare un rapporto intimo con il linguaggio e imparare ad ascoltare consapevolmente quello che si dice. La lingua è un aiuto grandioso per apprendere rapporti più profondi e invisibili. La lingua possiede una sua intima sapienza che però si rivela soltanto a chi impara a stare veramente in ascolto. La nostra epoca tende ad un rapporto sciatto e arbitrario con la lingua e ha quindi perduto l'accesso al vero significato dei concetti. Dato che anche la lingua partecipa della polarità, è anch'essa sempre ambivalente, biforcuta e ambigua. Quasi tutti i termini si riferiscono contemporaneamente a parecchi livelli. Così noi dobbiamo apprendere di nuovo a percepire ogni parola contemporaneamente a tutti i suoi livelli.
Quasi ogni frase della seconda parte di questo libro si riferisce almeno a due piani - se alcune frasi appariranno banali, questo sarà un indizio sicuro del fatto che non si è vi

sto il secondo livello, quello del doppio significato. Abbiamo cercato di attirare l'attenzione sui punti importanti usando virgolette, corsivi, lineette di separazione. Per altro l'orecchio per la lingua è difficilmente acquisibile, proprio come l'orecchio musicale - si può però tentare di esercitarli entrambi.
La nostra lingua è psicosomatica. Quasi tutte le formulazioni e le parole con cui esprimiamo stati e processi psichici, sono derivate da esperienze

fisiche. L'uomo può capire e intendere soltanto ciò che ha toccato con mano e calcato coi piedi. L'uomo, in altre parole, per ogni esperienza e per ogni dilatazione di coscienza necessita di una via che passi attraverso la fisicità. È impossibile per l'uomo integrare consapevolmente dei concetti prima che questi siano penetrati fino in fondo dentro di lui a livello fisico. Anche questa considerazione ci fa capire che l'uomo non è difendibile dalla malattia.
Ma torniamo al significato della lingua per il tema che ci sta a cuore. Chi ha imparato a sentire il doppio fondo psicosomatico della lingua, constata con stupore che il malato già parlando semplicemente dei suoi sintomi descrive in genere anche il suo problema psichico: uno vede così male che non riesce a distinguere bene le cose - un altro è raffreddato e ha il naso intasato - un altro non riesce più a inghiottire - un altro non controlla più gli sfinteri - uno non sente più e l'altro ha un prurito tale che si strapperebbe la pelle. Qui non c'è più molto da interpretare - non si può far altro che ascoltare, annuire col capo e constatare: " La malattia rende onesti! ". (Usando i termini latini, la medicina ufficiale fa in modo che la lingua non consenta più di individuare il rapporto di contenuto!).
In tutti questi casi il corpo deve vivere quello che la persona in questione non vuole ammettere neppure a se stessa. Così non si osa ammettere che ci si vorrebbe davvero strappare la pelle, ovvero spezzare certi confini, e allora il desiderio inconscio si realizza nel corpo e utilizza come sintomo un eczema per portare a livello di coscienza il desiderio vero e proprio. Avendo un eczema, la persona in questione osa finalmente esprimere il desiderio di uscire dalla propria pelle: ora ha un alibi a livello fisico, e un alibi come questo, tutti oggi lo prendono sul serio. E gli esempi potrebbero continuare a lungo.
Anche la capacità di pensare analogicamente è importante.

Già il doppio significato della lingua si basa sull'analogia. Per esempio a nessuno verrebbe in mente di supporre che a una persona senza cuore manchi l'organo corrispondente. Anche il desiderio di strapparsi la pelle non deve essere preso alla lettera. In tutti questi casi noi utilizziamo i concetti in senso analogico, usando un'espressione concreta al posto di un principio astratto.
Il pensiero analogico esige la capacità di astrazione, perché bisogna riconoscere concretamente il principio che viene espresso e trasferirlo su un altro piano. Per fare un esempio, nel corpo umano la pelle ha fra le altre anche la funzione di limitazione e protezione verso l'esterno. Se qualcuno vuole strapparsi la pelle, significa che vuole spezzare i confini e superarli. Esiste così un'analogia tra la pelle e certe norme che sul piano psichico hanno la stessa funzione della pelle sul piano somatico. E ancora: come avremo in seguito occasione di constatare, le tossine accumulate nel corpo corrispondono a conflitti repressi nella coscienza. Questa analogia non dice che i conflitti producono tossine o che le tossine creano i conflitti. Sono manifestazioni analoghe su piani diversi.
La psiche non provoca sintomi fisici, proprio come i processi fisici non provocano modificazioni psichiche. Però su entrambi i piani troviamo modelli analoghi. Tutti i contenuti della coscienza hanno la loro corrispondenza nel corpo e viceversa. In questo senso tutto è sintomo. Passeggiare volentieri, labbra strette e tonsille purulente sono sintomi. (Si veda il modo di fare l'anamnesi dell'omeopatia). I sintomi si distinguono soltanto nella valutazione soggettiva che chi li presenta attribuisce loro. In ultima analisi è il rifiuto e la resistenza che trasforma un sintomo in un sintomo patologico. La resistenza ci rivela anche che un determinato sintomo è espressione di una zona d'ombra - perché tutti i sintomi che esprimono la nostra componente psichica

conscia noi li amiamo e li difendiamo come espressione della nostra personalità.
L'antica disputa relativa al confine tra sano e malato, normale e anormale è risolvibile soltanto sul piano della valutazione soggettiva - o non è affatto risolvibile. Se noi consideriamo i sintomi fisici e li interpretiamo in termini psicologici, lo facciamo per aiutare la persona a rivolgere lo sguardo a una dimensione finora non conosciuta, per constatare che le cose stanno veramente così. Ciò che si rivela nel corpo, si

rivela nell'anima - come sotto, così sopra. Non si tratta di modificare o accantonare subito qualcosa, al contrario: vale la pena di accettare quanto si è visto, perché un rifiuto sospingerebbe tutto di nuovo nell'ombra.
Soltanto guardando si diviene consapevoli - e sarebbe stupendo se da questa accresciuta consapevolezza dovesse derivare automaticamente un cambiamento soggettivo. Ogni intenzione di modificare qualcosa ha però un effetto contrario. L'intenzione di addormentarsi in fretta è il metodo più sicuro per impedire il sonno. Se invece non si ha nessuna intenzione di addormentarsi, il sonno si presenta da solo. Mancanza di intenzione è una via di mezzo tra impedire e volere a tutti i costi. La tranquillità del centro rende possibile far succedere qualcosa di nuovo. Chi lotta o caccia, non raggiunge mai la sua meta. Se nell'interpretazione dei sintomi delle malattie qualcuno dovesse avere l'impressione che l'interpretazione è negativa o cattiva, questa sensazione è un indizio di valutazione personale su se stesso, da cui la persona non riesce a liberarsi. Le parole, le cose, gli avvenimenti non possono in sé essere buoni o cattivi, positivi o negativi, la valutazione nasce soltanto in chi osserva.
È chiaro che c'è il pericolo di malintesi nella trattazione del nostro tema, in quanto nei sintomi si manifestano tutti quei principi che dal singolo o dalla collettività vengono valutati negativamente e quindi non vengono vissuti o visti consapevolmente. Per esempio ci imbatteremo spesso nei temi aggressività e sessualità, perché sono aspetti che nella società vengono facilmente repressi, e devono quindi cercare la propria realizzazione per vie tortuose. Finché l'aggressività (o qualunque altro impulso, sessualità compresa) si trova nell'ombra, è sottratta alla coscienza e di conseguenza pericolosa.
Per poter concretizzare le indicazioni di questo libro, bisognerebbe prendere le distanze da tutte le valutazioni abituali. È bene anche rinunciare a un pensiero troppo analitico e razionale per far posto alla capacità di pensare in maniera figurativa, simbolica e analogica. Riferimenti linguistici e associazioni fanno capire più in fretta di conclusioni sterili. Per poter riconoscere in fretta il valore dei sintomi, sono più utili le capacità dell'emisfero destro.
Regola n. 3: trasformate l'evento sintomatico in un principio e trasferite questo modello sul piano psichico. Un ascolto attento delle formulazioni linguistiche può essere spesso una

valida chiave di interpretazione, dato che il nostro linguaggio è psicosomatico.
Le conseguenze forzate
Quasi tutti i sintomi costringono a modificare il comportamento; queste modificazioni sono divisibili in due gruppi. Da un lato i sintomi ci impediscono di fare cose che avremmo fatto volentieri, dall'altro ci costringono a farne altre che non vorremmo fare. Per esempio un'influenza ci impedisce di andare a un ricevimento e ci costringe a restare a letto. Una gamba rotta ci impedisce di fare dello sport e ci costringe alla

tranquillità. Questi cambiamenti del comportamento fanno capire molto bene le intenzioni del sintomo. Una modificazione forzata del comportamento è una correzione forzata e dovrebbe quindi esser presa seriamente. Il malato tende ad opporsi a questi cambiamenti, e in genere cerca con tutti i mezzi di riequilibrare la situazione per poter riprendere il ritmo abituale di vita.
Per questo riteniamo importante che per una volta ci si lasci veramente coinvolgere da questi fatti che disturbano. Un sintomo corregge sempre soltanto atteggiamenti unilaterali: un superattivo viene costretto a starsene tranquillo, l'agitato viene impedito nei suoi movimenti, il patito della vita di società resta isolato ecc. Il sintomo mette in luce il polo non vissuto. A questo noi dovremmo fare attenzione e rinunciare volontariamente a quanto ci viene tolto, accettando l'imposizione. La malattia è sempre una crisi e ogni crisi richiede evoluzione. Ogni tentativo di raggiungere di nuovo lo stato in cui ci trovavamo prima della malattia è ingenuo o sciocco. La malattia vuole portare a rive nuove, sconosciute e non vissute - solo quando noi seguiremo consapevolmente e liberamente questo richiamo riusciremo a dare un senso alla crisi.
Regola ". 4: le due domande: " Che cosa mi impedisce di fare il sintomo " e " A che cosa mi costringe il sintomo? ", portano molto rapidamente al tema centrale della malattia.

Aspetti comuni dei sintomi antipolari

Parlando della polarità abbiamo già visto che dietro a ogni cosìddetta coppia di opposti sta un'unità. Anche una sintomatica esteriormente antipolare ruota intorno al medesimo tema. Non è quindi una contraddizione se sia nel caso della costipazione che della diarrea troveremo l'indicazione di " rilassare " come tema centrale. Sia nel caso di bassa che di alta pressione troveremo la fuga dai conflitti. Come la gioia può manifestarsi nel riso e nelle lacrime, e la paura può portare una volta a un totale paralisi e un'altra a una fuga panica, così ogni tema ha la possibilità di manifestarsi in sintomi apparentemente opposti. Va aggiunto che un modo particolarmente intenso di vivere un determinato tema non è ancora un indizio che la persona in questione non abbia problemi con questo tema o ne sia perfettamente consapevole. Una elevata aggressività non significa che il soggetto non abbia paura, e una sessualità che ama dare dimostrazioni non dice affatto che il soggetto non abbia problemi sessuali. Anche qui c'è l'aspetto polare. Ogni estremo denota con buona certezza un problema. Al timido come al millantatore manca la sicurezza. Il vigliacco e l'irruente hanno paura. La mancanza di problemi si rivela al centro degli estremi. Se un tema è sottolineato in qualche modo, indica un rapporto problematico e ancora non risolto.
Un determinato tema o un problema può manifestarsi attraverso diversi organi e sistemi. Non esiste un ordine rigido che costringe un tema a scegliere un sintomo particolare per realizzarsi. Questa flessibilità nella scelta delle forme produce il contemporaneo successo o insuccesso nella lotta ai sintomi. Infatti un sintomo può essere vinto dal punto di vista funzionale o addirittura bloccato a livello preventivo, e allora il problema corrispondente sceglie un'altra forma di realizzazione - un processo noto come slittamento dei sintomi. Così per esempio il fatto che una persona sia sotto pressione può manifestarsi come pressione alta, come tono muscolare alto, come pressione alterata dell'occhio (glaucoma), come ascesso, o anche nel comportamento, ovvero nel mettere sotto pressione altre persone. Ogni variante ha una colorazione particolare, però tutti i sintomi sopra citati esprimono il medesimo tema di fondo. Chi considera da questa angolatura la storia di una persona dal

punto di vista delle malattie, troverà presto un filo conduttore che in genere sfugge totalmente al malato.

Livelli di escalation

È vero che un sintomo guarisce l'uomo realizzando nel corpo ciò che manca alla coscienza, tuttavia questo giro vizioso non può risolvere definitivamente il problema. Infatti l'uomo rimane ammalato a livello di coscienza finché non ha integrato l'ombra. In questa operazione il sintomo fisico è un giro vizioso necessario, ma non potrà mai essere la soluzione definitiva. L'uomo può imparare, maturare, sperimentare, apprendere soltanto nella propria coscienza. Anche se per simili esperienze il corpo rappresenta una premessa necessaria, bisognerebbe esser ben consci del fatto che il processo di percezione e rielaborazione avviene nella coscienza.

Così per esempio noi viviamo il dolore esclusivamente nella coscienza, non nel corpo. Il corpo anche in questo caso funge solo da mezzo per trasmettere l'esperienza a questo livello (...che il corpo non sia in ultima analisi determinante, lo si vede chiaramente nel fenomeno del dolore fantasma, ovvero dolore a un arto non più presente in quanto amputato). Se vogliamo capire fino in fondo il grande insegnamento della malattia, dobbiamo distinguere bene le due istanze corpo e coscienza, che per altro sono strettamente collegati. Per esprimerci in termini figurati, il corpo è un luogo in cui un processo che avviene dall'alto raggiunge un punto limite, e di conseguenza opera un capovolgimento per risalire nella direzione opposta, cioè verso l'alto. Una palla che cade dall'alto ha bisogno della resistenza del suolo materiale per poter saltare di nuovo verso l'alto. Se vogliamo mantenere l'analogia " soprasotto ", diciamo che sono i processi della coscienza che si calano nella corporeità per subire qui un capovolgimento ed essere in grado di risalire di nuovo nella sfera della coscienza.

Ogni principio archetipo deve condensarsi per l'uomo a livello di corporeità e manifestazione materiale, per divenire veramente sperimentabile e comprensibile per lui. Tuttavia nell'esperienza noi lasciamo di nuovo il piano materiale e corporeo e ci eleviamo a livello di coscienza. Ogni apprendimento consapevole giustifica una manifestazione e la redime al tempo

stesso dalla sua necessità. Se vogliamo riferirci concretamente alla malattia, diciamo che il sintomo non può risolvere il proj blema a livello corporeo, ma può soltanto essere la premessa di un processo educativo.

Ogni evento fisico fa acquisire esperienza. Non è però possibile dire in anticipo fino a che punto l'esperienza penetrerà nella coscienza. Anche qui valgono le stesse leggi che ritroviamo in ogni processo educativo. Così per esempio un bambino imj para sempre qualcosa ogni volta che fa un compito di matematica, tuttavia non si può dire quando il corrispondente principio matematico sarà definitivamente capito e assimilato. Fintanto che il bambino non avrà assimilato questo principio, tenderà a subire come una sofferenza ogni singolo compito. Soltanto la comprensione del principio (contenuto) libera anche i compiti (forma) dal sapore di sofferenza. Analogamente ogni sintomo rappresenta una provocazione e una possibilità di vedere e capire il problema di base. Se questo non avviene perché per esempio si continua a considerare il sintomo un fastidio casuale di natura semplicemente funzionale, le provocazioni non solo continueranno, ma aumenteranno di intensità. Questo passaggio dalla

sollecitazione dolce alla pressione violenta noi lo chiamiamo " livelli di escalation ". Ogni livello rappresenta un aumento dell'intensità con cui il destino sollecita l'uomo a mettere in discussione la sua ottica abituale e a integrare consapevolmente qualcosa che fino a quel momento era stato represso. Più forte è la resistenza personale, più forte diviene la pressione del sintomo.
Qui di seguito figura una tabella che si suddivide in sette livelli di escalation; questa suddivisione non deve però essere intesa come un sistema rigido e assoluto, ma solo come un tentativo di rendere evidente l'idea di escalation:
1) pressione psichica (pensieri, desideri, fantasie);
2) disturbi funzionali;
3) disturbi forti a livello fisico (infiammazioni, ferite, piccoli incidenti);
4) disturbi cronici;
5) processi inguaribili, trasformazioni a livello di organi, cancro;
6) morte (per malattia o incidente);
7) malformazioni e malattie innate (karma).

Prima che un problema si manifesti nel corpo come sintomo, si presenta nella psiche come tema, idea, desiderio o fantasia. Più aperta e disponibile una persona è nei confronti degli impulsi che le vengono dall'inconscio, più pronta è a dare spazio ai propri impulsi, tanto più vivace (e poco ortodossa) sarà la sua vita. Se però la persona segue ben precise norme e regole, non potrà permettersi questi impulsi provenienti dall'inconscio, in quanto mettono in discussione tutto quello che era stato ritenuto valido fino a quel momento e stabiliscono priorità nuove. Questa persona finirà quindi col chiudere dentro di sé la fonte dalla quale in genere scaturiscono gli impulsi e vivrà nel convincimento di non conoscere " questi problemi ".
Il tentativo di rendersi insensibile a livello fisico richiede già il primo gradino di escalation: si manifesta un sintomo - piccolo, innocuo - ma fedele. In questo modo si è realizzato un impulso, sebbene la realizzazione dovesse essere impedita. Infatti anche l'impulso psichico richiede di essere vissuto per poter penetrare nella materia. Se questa realizzazione non avviene volontariamente, avviene in ogni modo attraverso il giro vizioso del sintomo. A questo punto si riconosce una regola sempre valida: ogni impulso sottratto all'identificazione ritorna a noi muovendo apparentemente dall'esterno.
Dopo i disturbi funzionali, coi quali dopo le prime ribellioni si impara in genere ben presto a convivere, si manifestano soprattutto i sintomi acuti e infiammatori, che possono presentarsi in qualunque punto del corpo, a seconda del problema. Il profano individua facilmente questi sintomi dal suffisso ite. Ogni malattia infiammatoria rappresenta una provocazione molto attuale, vuole far capire qualcosa e, come vedremo nella seconda parte, intende rendere visibile un conflitto inconscio. Se questo non riesce - in fondo il nostro mondo è ostile non solo ai conflitti ma anche alle infezioni - le infiammazioni acute si trasformano in forme croniche (osi). Chi non capisce la provocazione di queste trasformazioni, si sobbarca un ammonitore costante, disposto ad accompagnarlo per un bel pezzo. I processi cronici tendono a produrre mutamenti fisici che col tempo diventano irreversibili e che vengono definiti malattie inguaribili.
Questa situazione porta prima o poi alla morte. Qui si potrebbe obiettare che in fin dei conti ogni vita finisce con la morte e che la morte di conseguenza non può figurare nella

nostra trattazione come livello di escalation. Non bisognerebbe però trascurare il fatto che la morte è sempre latrice di informazioni, in quanto ricorda all'uomo nel modo più chiaro e impressionante che ogni cosa materiale ha un inizio e una fine ed è quindi poco intelligente attaccarsi troppo a ciò che è materia. La provocazione della morte è sempre questa: liberarsi! Liberarsi dall'illusione del tempo e liberarsi dall'illusione dell'Io! La morte è un sintomo in quanto è espressione della polarità, ed è guaribile attraverso l'unione come ogni altro sintomo.
Con l'ultimo livello di escalation dei disturbi e degli impedimenti innati ci troviamo di nuovo davanti a un inizio, perché quello che fino a quel momento non si è capito della morte lo si porta con sé come problema nella successiva incarnazione. Tocchiamo qui un tema che nella nostra cultura non è ancora accettato comunemente. Non è questo il luogo adatto per discutere la dottrina della reincarnazione, ma è difficile evitare di parlare della nostra fede nella reincarnazione, in quanto altrimenti la nostra descrizione della malattia e della guarigione non sarebbe in alcuni casi possibile: e ci riferiamo in particolare alle malattie dei bambini e alle malattie innate.
In questi casi la dottrina della reincarnazione può facilitare la comprensione. È facile cadere nel rischio di cercare nelle vite precedenti le " cause " delle attuali malattie - però questa impresa è sbagliata al pari della ricerca delle cause delle malattie in questa vita. Abbiamo visto che la nostra coscienza ha bisogno dei concetti di linearità e di tempo per poter considerare gli eventi sul piano polare di esistenza. In questo senso anche l'idea di " vita precedente " è un modo necessario e significativo di considerare il processo educativo della coscienza.
Un esempio renderà tutto più semplice da capire: un uomo si sveglia al mattino di un certo giorno. Per lui è un giorno nuovo e lui decide di organizzare questa giornata come gli pare. Senza tenere alcun conto dei suoi progetti, poco dopo però fa la sua comparsa un esattore che esige la restituzione di una somma, sebbene il nostro uomo quel giorno non abbia ancora speso o preso in prestito una lira. Per quanto stupito, il nosrto amico deve scegliere se estendere la sua identità a tutti i giorni, i mesi e gli anni che hanno preceduto questo giorno, oppure se vuole identificarsi soltanto con questa nuova giornata. Nel primo caso non si stupirà della visita dell'esattore

né dello stato di salute o di altre circostanze con le quali si troverà a vivere quel giorno. Capirà che non può configurare il nuovo giorno come gli pare, perché la notte e il sonno non hanno interrotto la continuità della sua vita: se così fosse, egli dovrebbe avvertire come grosse ingiustizie i fatti sopra citati.
Se si sostituisce in questo esempio il giorno con una vita e la notte con la morte, tutto risulterà chiaro. La reincarnazione dilata l'orizzonte e rende quindi meglio riconoscibile il modello. Se si diviene consapevoli del fatto che questa vita è soltanto un minuscolo tratto del suo cammino evolutivo, anche le diversissime posizioni di partenza degli uomini nella vita risulteranno logiche e significative, molto più che se la vita che stiamo vivendo fosse l'unica possibile e pensabile.
Per il nostro tema è sufficiente far capire che l'uomo viene al mondo con un corpo nuovo ma con una coscienza antica. Il livello di coscienza che porta con sé è espressione di quanto ha appreso fino a quel momento. L'uomo quindi porta con sé anche i suoi problemi specifici e utilizza poi il mondo circostante per realizzarli ed elaborarli. In questa vita un problema non può sorgere, ma semplicemente manifestarsi.

Sia ben chiaro - i problemi non sono sorti neppure nelle incarnazioni precedenti in quanto problemi e conflitti sono, al pari delle colpe e dei peccati, espressioni irrinunciabili della polarità e quindi esistono a priori. In un testo esoterico abbiamo trovato questa espressione: " La colpa è l'imperfezione del frutto acerbo ". Un bambino ha a che fare con problemi e conflitti al pari di un adulto. Per altro i bambini in genere hanno un contatto migliore con l'inconscio e hanno quindi anche il coraggio di realizzare spontaneamente gli impulsi che si presentano - nei limiti in cui i " saggi adulti " glielo consentono. Col passare degli anni in genere si verifica un distacco dall'inconscio e di conseguenza anche l'irrigidimento nelle proprie norme e menzogne di vita, fatto che produce una sempre maggiore aggredibilità da parte delle malattie via via che gli anni passano. In fondo, però, ogni essere vivente che partecipa della polarità è ammalato.
Lo stesso vale per gli animali. Anche qui si rivela chiaramente la correlazione tra malattia e ombra. Minore è la differenziazione e quindi il coinvolgimento con la polarità, minore è la possibilità di ammalarsi. Più un essere vivente si addentra nella polarità, e quindi nella capacità di apprendere, più

aggredibile diventa da parte delle malattie. Essere uomo è la forma più evoluta di capacità di apprendere che noi conosciamo, e per questo l'uomo vive pili intensamente di ogni altro essere vivente la tensione della polarità; e di conseguenza anche la malattia trova nel regno umano la sua massima importanza.
I livelli di escalation della malattia dovrebbero far capire come il processo avvenga gradualmente e subisca progressive intensificazioni. Non esistono gravi malattie che piovono addosso improvvisamente, ma soltanto uomini che credono troppo a lungo alle cose che piovono addosso improvvisamente. Chi però non si illude, non resta neppure deluso!
Cecità nei confronti di se stessi
Nella lettura delle pagine seguenti, dedicate alle malattie vere e proprie, potrebbe essere molto utile andare via via col1 pensiero a un conoscente, parente o amico che abbia sofferto o soffra del sintomo corrispondente; chi legge avrà quindi la possibilità di fare i dovuti controlli e confronti. Una simile analisi aiuterà anche ad acquisire una migliore conoscenza degli uomini.
Naturalmente questa operazione va fatta mentalmente e non va riferita alla persona interessata, perché in ultima analisi sintomi e problemi riguardano soltanto la persona interessata, e nessun altro. Se consigliamo ciò nonostante di analizzare le malattie altrui, è soltanto per convincere chi legge dell'esattezza del metodo e dei rapporti. Infatti, studiando i propri sintomi, ognuno ne concluderà infallibilmente che " in questo caso speciale " l'interpretazione non è adeguata, anzi non c'entra affatto.
Questo è in effetti il maggior problema che la nostra iniziativa presenta: la " cecità per quello che riguarda se stessi ". D'altra parte un sintomo rappresenta un principio che manca alla coscienza - un principio che è si nell'uomo, ma nella sua zona d'ombra, motivo per cui non può esser visto. Il paziente però confronta il sintomo coi propri contenuti consapevoli e constata che non c'è. Ritiene quindi che questa sia la prova che l'interpretazione nel suo caso non quadra. E dimentica

che proprio questo è il problema: lui non vede che cosa gli manca e deve apprenderlo attraverso il giro vizioso del sintomo!

Questo comunque richiede un lavoro consapevole e un lungo confronto con se stessi e non si può certo liquidare in pochi minuti.
Se dunque un sintomo rappresenta l'aggressività, bisogna capire che la persona ha quel sintomo perché o non vede l'aggressività su di sé oppure non la vive. Se questa persona viene a sapere qual è l'interpretazione dell'aggressività, si difenderà con veemenza, proprio come si è sempre difesa contro questo tema - altrimenti esso non sarebbe nell'ombra. Non stupisce quindi che non trovi su di sé alcuna aggressività - se l'avesse, non avrebbe questo sintomo. Di regola le interpretazioni esatte suscitano un senso di malessere, un senso di paura e quindi di ripulsa: e questo indica che si è individuato il reciproco rapporto. In questi casi può essere utile avere un partner o un amico sincero che si possa interrogare e che abbia il coraggio di dire apertamente quali sono i nostri punti deboli, quelli almeno che lui vede in noi. Ancora più sicuro è prestare ascolto alle critiche dei nostri nemici - loro hanno quasi sempre ragione.
Regola:
Quando un'interpretazione colpisce nel segno, sgomenta.
Riassunto della teoria
1. La coscienza umana è polare. Questo da un lato ci consente di conoscere, dall'altro ci rende malati e imperfetti.
2. L'uomo è malato. La malattia è espressione della sua imperfezione e inevitabile nell'ambito della polarità.
3. La malattia dell'uomo si manifesta nei sintomi. I sintomi sono componenti d'ombra della coscienza precipitate nella materia.
4. L'uomo come microcosmo contiene nella sua coscienza allo stato latente tutti i principi del macrocosmo. Dato che l'uomo sulla base della sua capacità decisionale si identifica sempre soltanto con la metà di tutti i principi, l'altra metà finisce in ombra e non è quindi consapevole per l'uomo.
4.

5. Un principio non vissuto a livello di coscienza cerca in tutti i modi di vivere e realizzarsi attraverso il giro vizioso del sintomo. Nel sintomo l'uomo deve vivere e concretizzare ciò che in realtà non voleva vivere. In questo modo i sintomi compensano tutti gli aspetti unilaterali.
6. Il sintomo rende l'uomo onesto!
7. Nel sintomo l'uomo ha ciò che gli manca nella coscienza.
8. La guarigione è possibile solo se l'uomo prende coscienza della zona d'ombra che si cela nel sintomo e la integra. Una volta che l'uomo ha trovato quello che gli manca, il sintomo diviene superfluo.
9. La guarigione tende all'unità e alla completezza. L'uomo è sano una volta che ha trovato il suo vero Sé ed è diventato una cosa sola con tutto quello che è.
10. La malattia costringe l'uomo a non abbandonare la via che porta all'unità, per questo
LA MALATTIA È UNA VIA CHE CONDUCE ALLA PERFEZIONE.

SECONDA PARTE
LE MALATTIE E IL LORO SIGNIFICATO

1. L'infezione
Tu dicesti:
" Qual è il segno della via, o derviscio? ".
" Ascolta dunque,

e quando avrai ascoltato, medita!
Questo è il segno per te:
che tu, sebbene continui a procedere,
veda la tua miseria diventare sempre più
grande'. ".
Fariduddin Attar
L'infezione rappresenta uno dei più frequenti motivi scatenanti di processi patologici nel corpo umano. La maggior parte dei sintomi che si manifestano in forma acuta sono infiammazioni, a cominciare dal raffreddore fino alle infezioni, al colera e al morbillo. Nei nomi latini della malattia la desinenza ite fa capire che si tratta di un processo infiammatorio (colite, epatite, ecc.). Nel grande campo delle malattie infettive la moderna medicina ufficiale ha avuto grandi successi grazie alla scoperta degli antibiotici (per esempio la penicillina) e alle vaccinazioni. Se un tempo la maggior parte delle persone moriva per le conseguenze delle infezioni, oggi nei paesi dove la medicina è ben sviluppata questi fatti rappresentano l'eccezione. Questo non significa che noi prendiamo meno infezioni, ma semplicemente che abbiamo inventato buone armi per combatterle.
A chi questa terminologia (per altro abituale) risultasse un po' " guerriera ", facciamo presente che nei processi infiammatori si tratta veramente di una " battaglia nel corpo ": l'aggressione pericolosa di agenti nemici (bacteri, virus, tossine) vie

ne affrontata e vinta dal sistema difensivo del corpo. Noi viviamo questa battaglia sotto forma di gonfiori, arrossamenti, j dolore e febbre. Se il corpo riesce ad avere la meglio sui j nemici che si sono introdotti dentro di lui, l'infezione viene superata; se vincono i nemici, il paziente muore. Questo esem ! pio dovrebbe essere sufficiente per capire l'analogia tra infiammazione e battaglia. Analogia significa qui che sia la battaglia che l'infiammazione - sebbene tra loro non esista alcun rapporto causale - rivelano la medesima struttura interiore e in entrambe si manifesta il medesimo principio, naturalmente su due piani diversi di espressione.
La lingua conosce bene questi rapporti interni: la parola " infiammazione " contiene la fiamma, quella che può far esplodere una botte di polvere da sparo. Anche queste immagini linguistiche richiamano la terminologia bellica: il conflitto divampa, l'Europa andò a fuoco, eccetera. In queste situazioni infiammate, si arriva prima o poi all'esplosione dove qualcosa che si era accumulato si scarica, fatto che constatiamo non solo nella guerra ma anche nel nostro corpo quando si scarica (e si svuota) un piccolo foruncolo o anche un grosso ascesso.
Per le nostre considerazioni è importante coinvolgere anche un altro livello analogico, cioè la psiche. Anche un uomo può esplodere. Con questa espressione non pensiamo però a un ascesso, bensì a una reazione emozionale con cui un conflitto interiore cerca di liberarsi. Nei prossimi capitoli considereremo sincronicamente questi tre piani " psiche, corpo, nazioni ", per imparare a vedere l'esatta analogia tra conflitto - infiammazione - guerra, che rappresentano la chiave per la comprensione della malattia.
La polarità della nostra coscienza pone noi uomini costantemente nel conflitto, nel campo di tensione esistente tra due possibilità. Costantemente dobbiamo decidere, costantemente dobbiamo rinunciare a una possibilità se vogliamo realizzare l'altra. In questo modo ci manca sempre qualcosa, siamo sempre ammalati. Fortunato colui che riesce a capire e a integrare questa costante conflittualità, questa tensione che è propria della natura umana; la maggior parte delle persone infatti è

portata a credere che il fatto di non vedere e non sentire un conflitto sia un segno sicuro della non esistenza dei conflitti stessi. Con la stessa ingenuità i bambini piccoli credono che chiudendo gli occhi si possa diventare invisibili. I conflitti però non si

preoccupano affatto di essere percepiti o meno - loro continuano ad esistere nonostante la nostra cecità. La persona che non è disponibile a portare a livello di coscienza i propri conflitti, a elaborarli e gradualmente a superarli, è destinata a vedere i conflitti scendere a livello materiale, rendendosi visibili sotto forma di infiammazione. Ogni infezione è un conflitto divenuto materia. Le conflittualità (con tutti i loro dolori e i loro pericoli) evitate nella psiche si fanno strada nel corpo e si manifestano come infiammazioni.
Consideriamo questo processo nel suo sviluppo e anche nelle sue corrispondenze sui tre piani infiammazione - conflitto - guerra:
1. Stimolazione: i nemici penetrano nel corpo. Può trattarsi di bacteri, virus o veleni (tossine). Questa penetrazione non dipende tanto dalla presenza stessa dei nemici, come molti profani sono portati a credere, quanto dalla disponibilità del corpo a lasciar entrare questi nemici. La medicina usa l'espressione " sistema immunologico carente ". Il problema dell'infezione non consiste - come molti fanatici della sterilizzazione continuano a credere - nella presenza degli agenti patogeni, ma nella capacità di convivere con essi. Questa espressione può essere trasferita quasi letteralmente sul piano della coscienza, perché anche qui non si tratta di far vivere l'uomo in un mondo privo di bacilli, cioè privo di problemi e conflitti, ma della sua capacità di vivere con i conflitti. Che il sistema immunitario sia guidato dalla psiche, è cosa che in questo contesto non necessita di grandi dimostrazioni, visto che persino a livello di scienza ufficiale questo rapporto è tenuto sempre più in considerazione (studi sullo stress eccetera).
È più importante osservare costantemente sulla propria persona questi rapporti. Chi non vuole aprire la propria coscienza a un conflitto che lo ecciterebbe molto, deve in cambio aprire il proprio corpo agli agenti patogeni. Questi agenti si collocano in determinati punti deboli del corpo, chiamati con termine latino loci minoris resistentiae (luoghi di minore resistenza), che la medicina ufficiale considera debolezze innate, cioè ereditate. Chi non è capace di pensare in maniera analogica, a questo punto per lo più si perde in un conflitto teorico insanabile. La medicina ufficiale riduce l'aggressibilità di determinati organi da parte delle infiammazioni a queste debolezze innate, il che evidentemente rende impossibile ogni ulteriore interpreta

zione. La psicosomatica ha sempre però notato che certe problematiche sono correlate a determinati organi, e in questo modo si è messa in contraddizione con la teoria dei loci minoris resistentiae.
Questa apparente contraddizione si risolve però in fretta se consideriamo il problema da un terzo punto di vista. Il corpo è l'espressione visibile della coscienza, così come una casa è l'espressione visibile dell'idea dell'architetto. Idea e manifestazione corrispondono l'una all'altra come una fotografia corrisponde al negativo, senza però essere la stessa, cosa. Così ogni parte del corpo e ogni organo corrisponde a un determinato contenuto psichico, a una emozione e ad un determinato quadro

di problemi (è su queste corrispondenze che si basano per esempio la fisiognomica, la bioenergetica, le tecniche psicologiche di massaggio, ecc.). Una persona si incarna con una determinata coscienza, il cui livello attuale è l'espressione della storia che ha vissuto fino a questo momento. Porta con sé un determinato modello di problematiche, e il tentativo o la pretesa di risolverle delinea il suo destino, poiché carattere + tempo = destino. Il carattere non è ereditario né configurato dall'ambiente circostante, ma viene " portato con sé ", è espressione della coscienza che incarna.
Il locus minoris resistentiae è quell'organo che deve trasferire il processo di apprendimento sul piano fisico quando l'uomo non elabora consapevolmente il problema psichico corrispondente all'organo. Nei prossimi capitoli vedremo quale organo corrisponde ai vari problemi. Chi conosce queste corrispondenze vede aprirglisi davanti dimensioni nuove che sottendono il fatto patologico, dimensioni cui devono rinunciare tutti coloro che non osano sganciarsi dal pensiero causale.
Se continuiamo a considerare il decorso dell'infiammazione senza per ora tenere in considerazione il luogo in cui questa si manifesta, vediamo che nella prima fase (stimolazione) gli agenti penetrano nel corpo. A questo processo corrisponde sul piano psichico la provocazione rappresentata da un problema. Un impulso con cui finora non ci siamo ancora confrontati penetra dentro di noi superando le difese della coscienza e ci stimola. Aumenta, infiamma la tensione di una polarità, che ora viviamo consapevolmente come conflitto. Se le nostre difese psicologiche funzionano bene, l'impulso non riesce a raggiungere la

coscienza superiore - cioè noi siamo immuni alla provocazione e di conseguenza rifiutiamo l'esperienza e l'evoluzione.
Anche qui vale l'o/o della polarità: se nella nostra coscienza rinunciamo alla difesa, l'immunità fisica resta intatta - ma se la nostra coscienza è sempre immune contro nuovi impulsi, il corpo diviene ricettivo agli agenti. Sul piano della guerra questa fase di stimolazione corrisponderebbe alla penetrazione dei nemici nel paese (violazione dei confini di Stato). Questa aggressione dirige naturalmente tutta l'attenzione militare e politica verso gli invasori nemici - tutti diventano superatavi, dedicano tutte le loro energie al nuovo problema, raccolgono truppe, prendono contatto con gli alleati, fanno mobilitazioni - in poche parole, ci si concentra su chi ha violato lo stato di pace.
Con riferimento al corpo, questo processo si chiama:
2. Fase essudativa: gli agenti hanno preso possesso della zona e provocano un'infiammazione. Da tutte le parti scorre acqua nei tessuti, i quali si tendono e si gonfiano. Se seguiamo il nostro conflitto psicologico fino a questa seconda fase, ci accorgiamo che anche qui cresce la tensione. Tutta la nostra attenzione si concentra sul nuovo problema, non riusciamo più a pensare ad altro, lo rimuginiamo giorno e notte, non parliamo che di quello, tutti i nostri pensieri ruotano senza interruzione intorno a questa problematica. In questo modo tutta la nostra energia psichica, o quasi, si riversa nel conflitto - si potrebbe anzi dire che lo nutriamo e lo gonfiamo, finché diventa una montagna insormontabile che ci sbarra la strada. Il conflitto ha mobilizzato le nostre forze psichiche e si è legato ad esse.
3. Reazione difensiva: il corpo forma specifici anticorpi adeguati all'aggressore. Questa formazione di anticorpi avviene nel sangue e nel midollo osseo. Linfociti e granulociti costruiscono un muro contro gli invasori e i macrofagi cominciano a divorarli. La guerra sul piano fisico è quindi in pieno svolgimento: i nemici vengono circondati e aggrediti.
Se il conflitto non si risolve sul piano locale (guerra limitata), si arriva a una mobilitazione generale: tutta la popolazione partecipa alla guerra e mette tutta la propria attività al servizio del conflitto. Nel corpo noi viviamo questa situazione come:

4. Febbre: l'assalto delle forze di difesa distrugge gli invasori e i veleni che vengono liberati portano a una reazione febbrile. Con la febbre il corpo intero risponde all'infezione lo
4.
L'iniezione / 113
112 / Malattia e destino

cale attraverso un innalzamento generalizzato della temperatura. Ad ogni grado febbrile il metabolismo raddoppia, il che fa capire in quale misura la febbre intensifichi i processi difensivi. È per questo che la voce del popolo dice che febbre significa salute. In questo modo il livello febbrile è correlato alla velocità con cui avviene il decorso della malattia. Per questo bisognerebbe limitare i farmaci che abbassano la febbre alle situazioni in cui c'è pericolo di vita e non far abbassare artificialmente la febbre ogni volta che aumenta di un grado.
Sul piano psichico, il conflitto in questa fase ha assorbito tutta la nostra vita e tutta la nostra energia. Le analogie tra la febbre del corpo e un'eccitazione psichica sono abbastanza evidenti: parliamo infatti di attesa febbrile, di temperatura di una data situazione che aumenta, ecc.). Così per l'eccitazione sudiamo, il cuore batte violentemente, si diventa rossi (sia per amore che per ira...), si trema per la tensione e così via. Anche questo non può definirsi piacevole - però è sano. Infatti non soltanto la febbre è sana, più sano ancora è il confrontarsi coi conflitti - e tuttavia si cerca sempre di uccidere sul nascere sia la febbre che i conflitti e si è orgogliosi di riuscire a farlo presto e bene.
5. Soluzione: supponiamo che le forze difensive del corpo abbiano avuto la meglio: hanno vinto i corpi estranei, in par te li hanno incorporati (divorati), e così si arriva alla distruzio ne sia dei corpi di difesa che degli invasori - il risultato è il pus (perdite da entrambe le parti!). Gli invasori abbandona no il corpo sotto altra forma. Anche il corpo però esce tra sformato da questa battaglia, perché ora possiede: a) l'infor mazione relativa agli invasori, chiamata " immunità specifica ", e b) le sue forze difensive sono esercitate e quindi irrobu stite - questa viene chiamata " immunità non specifica ". Dal punto di vista militare questo corrisponde alla vittoria di una parte, con perdite da entrambe le parti. Il vincitore esce però rinforzato dal confronto perché si è concentrato sull'avversario, lo conosce e in futuro sarà in grado di reagire in maniera spe cifica alle sue aggressioni.
6. Morte: può anche capitare che gli invasori vincano il combattimento, fatto che conduce alla morte del paziente. Che questo risultato sia considerato la soluzione più sfavorevole, è cosa che dipende dal nostro punto di osservazione partitico e unilaterale - come avviene a un incontro di calcio: dipende

esclusivamente dalla squadra con la quale ci si identifica. Una vittoria è una vittoria, indipendentemente da chi vince - e anche in questo caso la guerra finisce. Il giubilo anche questa volta è grande, ma sul fronte opposto.
7. Cronicizzazione: se nessuna delle due parti riesce a risolvere il conflitto a proprio favore, si giunge a un compromesso tra gli invasori e le forze difensive: gli invasori restano nel corpo senza vincere (morte), ma anche senza essere vinti dal corpo (guarigione nel senso di una " restauratio ad integrum "). Questo è il quadro di una cronicizzazione. Dal punto di vista sintomatico questa situazione si esprime in un numero costantemente elevato di linfociti e granulociti, gli anticorpi, nella velocità di sedimentazione del sangue leggermente aumentata e in un po' di febbre. La situazione non

sanata forma nel corpo un focolaio al quale bisogna fornire costantemente energia che viene così a mancare al resto dell'organismo: il paziente si sente depresso, stanco, privo di entusiasmo, apatico. Non è veramente ammalato ma neppure sano - non una guerra vera e propria ma neppure una pace vera e propria, bensì un compromesso - e in quanto tale pigro come tutti i compromessi di questo mondo. Il compromesso è la meta suprema dei vili, dei " tiepidi " che anche Gesù disprezzava, che hanno sempre paura delle conseguenze del loro agire e della responsabilità che in questo modo devono assumersi. Tuttavia il compromesso non è mai una soluzione, perché non rappresenta l'equilibrio assoluto tra due poli e neppure ha la forza di unire. Il compromesso significa discordia continua e quindi ristagno. Militarmente, è la guerra di posizione (come nella prima guerra mondiale), che continua a richiedere energia e materiale e quindi paralizza o indebolisce tutti gli altri campi quali il commercio, la cultura, eccetera.
In campo psichico la cronicizzazione corrisponde a un conflitto costante. Si resta intrigati nel conflitto e non si trova né il coraggio né la forza di prendere una decisione. Ogni decisione costa sacrificio - bisogna infatti scegliere tra una cosa e l'altra - e questi sacrifici necessari incutono paura. Così molte persone restano bloccate nel bel mezzo del loro conflitto incapaci di far vincere questo o quel partito. Costantemente valutano quale decisione sia quella giusta e quale quella sbagliata, senza capire che giusto e sbagliato in senso astratto non esistono, perché per poter diventare finalmente integri e sani

abbiamo bisogno di entrambi i poli; però nell'ambito della polarità possiamo realizzarli soltanto uno dopo l'altro, non contemporaneamente, quindi bisogna prendere una decisione e cominciare da uno dei due. Ogni decisione rende liberi. Il conflitto cronicizzato invece sottrae di continuo energie, cosa che anche psicologicamente conduce all'apatia, alla mancanza di stimoli e infine alla rassegnazione. Se noi però riusciamo a raggiungere uno dei poli di conflitto, ci rendiamo subito conto che disponiamo di maggiore energia. Come il corpo esce rinforzato da un'infezione, così anche la psiche esce rinforzata da ogni conflitto, perché dal confronto col problema ha imparato molte cose, attraverso il conflitto con le due polarità opposte ha dilatato i propri confini ed è diventata più consapevole. Da ogni conflitto vissuto traiamo come guadagno un'informazione (consapevolezza), che al pari dell'immunità specifica rende l'uomo capace di affrontare in futuro il medesimo problema in maniera non pericolosa.
Ogni conflitto vissuto insegna inoltre all'uomo ad affrontare meglio e più coraggiosamente gli altri conflitti, cosa che corrisponderebbe all'immunità non specifica del corpo. Come sul piano fisico ogni soluzione comporta molte vittime, così anche la psiche, prendendo delle decisioni, fa dei sacrifici: certe concezioni e opinioni, certi atteggiamenti piacevoli e comodi, certe abitudini antiche devono morire. Tutto ciò che è nuovo presuppone la morte di ciò che è vecchio. E come i grandi focolai di infiammazione lasciano spesso nel corpo delle cicatrici, così anche nella psiche restano a volte delle cicatrici che noi nel ricordo consideriamo fatti che hanno profondamente inciso nella nostra vita.
Un tempo tutti i genitori sapevano che un bambino dopo aver superato una malattia infantile (tutte le malattie infantili sono malattie infettive) faceva un salto dal punto di vista della maturità e dello sviluppo. Dopo

una malattia infantile un bambino non è più quello di prima. La malattia l'ha trasformato operando in lui una maturazione. Ma non soltanto le malattie infantili fanno maturare. Come il corpo esce fortificato da ogni malattia infettiva che ha superato, così l'uomo esce fortificato e più maturo da ogni conflitto. Infatti solo le provocazioni rendono forti e validi. Tutte le grandi civiltà sono sorte attraverso grandi provocazioni e persino Darwin ricondusse l'evo

lozione delle specie al superamento delle condizioni ambientali (il che non significa che il darwinismo sia da accettare...).
" La guerra è la madre di tutte le cose ", dice Eraclito e chi sa intendere nel modo giusto queste parole sa che si tratta di una delle saggezze fondamentali. La guerra, il conflitto, la tensione dei poli forniscono energia alla vita e assicurano così il progresso e l'evoluzione. Frasi come queste suonano male, rischiano di essere fraintese in un tempo in cui i lupi si sono travestiti da pecore e presentano come amore per la pace la loro aggressività repressa.
È intenzionalmente che abbiamo confrontato passo per passo l'evoluzione dell'infiammazione col piano della guerra: in questo modo il nostro tema acquista quella incisività che forse può impedire che queste parole siano dimenticate troppo in fretta. Noi viviamo in un tempo e in una civiltà che sono assolutamente nemici dei conflitti. A tutti i livelli si cerca di evitare i conflitti, senza rendersi conto che questo atteggiamento è contrario al processo che porta alla consapevolezza. L'uomo non riesce, nell'ambito del mondo polare, ad evitare i conflitti attraverso provvedimenti funzionali, ma proprio per questo i tentativi compiuti in questo senso portano a slittamenti sempre più complessi e al tentativo di scaricare la tensione ad altri livelli, con conseguenze non facilmente prevedibili.
Il nostro tema, le malattie infettive, è quindi un buon esempio. Abbiamo considerato parallelamente la struttura del conflitto e la struttura dell'infiammazione per individuare i loro elementi comuni, però bisogna precisare che nell'uomo solo di rado questi processi hanno un andamento parallelo. Piuttosto un piano sostituisce l'altro nel senso di o/o. Se un impulso riesce a penetrare le difese della coscienza e a rendere quindi l'uomo consapevole di un conflitto, il processo di elaborazione del conflitto avviene soltanto nella psiche della persona e di regola non si arriva a nessuna infezione somatica. Se invece l'uomo non si apre al conflitto in quanto rifiuta ed evita tutto ciò che potrebbe mettere in discussione il mondo artificiale che si è creato, allora il conflitto si manifesta nella materia e deve essere vissuto a livello somatico come infiammazione.
L'infiammazione è il conflitto a livello fisico. Non bisognerebbe quindi commettere l'errore di considerare con superficialità le malattie infettive, per arrivare alla conclusione di non avere alcun conflitto. Proprio questo non vedere i conflitti por

ta alla malattia. Per analizzarsi a fondo occorre maggiore sforzo che per dare un'occhiata veloce - ci vuole molta onestà e capacità di smascherare, cosa che per lo più procura alla psiche un grosso disagio, esattamente come l'infezione lo procura al corpo. Ed è proprio questo disagio che vogliamo evitare.
È vero, i conflitti fanno sempre male, su qualunque piano li viviamo: guerra, conflittualità interiore, malattia - belli non sono mai. Però il

bello e il brutto non sono piani su cui discutere, perché se una buona volta confessiamo a noi stessi che non possiamo evitare nulla, questo problema non si pone. Chi non consente a se stesso di esplodere a livello psicologico, dovrà esplodere nel corpo (ascesso) - e allora sarà ancora possibile porsi il problema del più bello e del migliore} La malattia rende onesti!
Questi sono in ultima analisi anche i molto lodati sforzi del nostro tempo per evitare i conflitti a tutti i livelli. In primo luogo gli sforzi, che finora sono stati coronati da successo, per vincere le malattie infettive. La lotta contro le infezioni è la lotta contro i conflitti trasferita sul piano materiale. Onesti in ogni caso sono qui i nomi delle armi: antibiotici. Questa parola si compone delle due parole greche ariti = contro e bios = vita. Gli antibiotici sono quindi " sostanze dirette contro la vita ": questa è sincerità!
Questa ostilità alla vita degli antibiotici si manifesta a due livelli. Se ricordiamo che il conflitto è il vero motore dell'evoluzione, cioè della vita, allora ogni repressione di un conflitto è contemporaneamente anche un attacco alla dinamica della vita in sé e per sé.
Ma anche in senso medico stretto gli antibiotici sono contrari alla vita. Le infiammazioni sono forme acute, ma anche rapide e attuali, per risolvere un problema, servono soprattutto a eliminare le tossine dal corpo. Se per mezzo degli antibiotici questi processi di purificazione vengono bloccati a lungo e spesso, le tossine finiscono per restare bloccate nel corpo (per lo più nel tessuto connettivo), fatto che può anche degenerare in forme cancerogene. Sorge così l'effetto pattumiera: si può vuotare la pattumiera spesso (infezione) oppure raccogliere immondizie finché il pattume mette in pericolo tutta la casa (cancro).
Gli antibiotici sono corpi estranei, che la persona in questione non ha elaborato con le proprie forze e che quindi la

privano del frutto positivo della sua malattia: il processo di apprendimento elaborato nel confronto diretto col male.
Da questo punto di vista bisognerebbe considerare brevemente anche il tema " vaccinazioni ". Noi conosciamo fondamentalmente due tipi di vaccinazione: quella attiva e quella passiva. Nell'immunizzazione passiva vengono immessi nel corpo sostanze di difesa che sono state formate in altri corpi. Si ricorre a questa forma di vaccinazione quando una malattia è già scoppiata (per esempio il Tetagam contro gli agenti del tetano). Sul piano psichico a questa vaccinazione corrisponderebbe l'accettazione di soluzioni pronte, prefabbricate, regolamenti e norme morali. Ci si rifugia in ricette fatte da altri e si evita in questo modo ogni confronto e ogni esperienza: una via comoda, che non è propriamente una via, perché è priva totalmente di movimento.
Nell'immunizzazione attiva vengono forniti agenti indeboliti affinché il corpo grazie a questo stimolo possa formare esso stesso anticorpi. È questa la forma di tutte le vaccinazioni profilattiche, come quelle contro il vaiolo, la poliomielite, il tetano e così via. Questo metodo corrisponde in campo psichico all'applicazione di soluzioni conflittuali in situazioni prive di pericolo (le manovre dei militari). Molti sforzi pedagogici e anche la maggior parte delle terapie di gruppo ricadono in questo ambito. In situazioni non acute si imparano le strategie per risolvere i conflitti, quelle che rendono capaci di confrontarsi più consapevolmente con conflitti più seri.
Tutte queste considerazioni non dovrebbero essere male interpretate e considerate ricette. Non si tratta di decidere se " ci si debba far vaccinare oppure no ", o " se sia meglio non fare mai uso di antibiotici ". In ultima analisi è totalmente indifferente quello che si fa - finché si sa quello che si fa! Quello che ci sta a cuore è la consapevolezza, non le ricette
prefabbricate.

Si pone ora la domanda se la malattia fisica sia in grado di sostituire un procseso psichico. Rispondere a questa domanda non è facile, in quanto la separazione concettuale di psiche e corpo è soltanto un fatto teorico, ma nella realtà non è invece così facile compiere questa separazione. Infatti, tutto quello che avviene nel corpo, noi lo viviamo anche nella nostra coscienza, nella psiche. Se ci diamo una martellata su un dito, diciamo: il dito fa male. Il che però non è del tutto esatto, perché il

dolore è esclusivamente nella coscienza, non nel dito: ci limitiamo a proiettare la sensazione psicologica " dolore " sul dito.
Dato che il dolore è un fenomeno psicologico, è possibile influire su di esso: con la distrazione, l'ipnosi, la narcosì, l'agopuntura. (Chi trova esagerata questa affermazione, si ricordi del fenomeno del dolorefantasma!). Tutto quello che viviamo e soffriamo in un processo patologico fisico, avviene esclusivamente nella nostra coscienza. La distinzione tra " psichico " e " somatico " si riferisce esclusivamente al piano proiettivo. Se uno è malato d'amore, proietta le sue sensazioni su qualcosa di non corporeo, cioè l'amore mentre un malato di angina le proietta sulla sua gola - però entrambi possono soffrire soltanto nella psiche. La materia - e quindi anche il corpo -¦ può servire sempre soltanto da piano proiettivo, ma in sé non è mai la sede in cui un problema può sorgere e quindi anche essere risolto. Come piano proiettivo il corpo può costituire un aiuto ideale per una migliore conoscenza, però le soluzioni può trovarle soltanto la coscienza. Così ogni decorso patologico fisico rappresenta soltanto un'elaborazione simbolica del problema, il cui apprendimento arricchisce la coscienza. Questo è anche il motivo per cui ogni malattia superata comporta una maturazione.
Sorge così un ritmo tra elaborazione fisica e psichica di un problema. Se un problema non può essere risolto soltanto nella coscienza, viene chiamato in causa anche il corpo come aiuto materiale, e qui il problema non risolto viene drammatizzato in forma simbolica. L'insegnamento che se ne ricava viene restituito alla psiche una volta che la malattia sia stata superata. Se nonostante le esperienze fatte la psiche non riesce ancora a comprendere il problema, precipita di nuovo nella corporeità affinché possano esser fatte altre esperienze pratiche. Questo scambio viene ripetuto fintanto che le esperienze compiute consentono alla coscienza di risolvere definitivamente il problema o il conflitto.
Questo processo possiamo esemplificarlo in questo modo: uno scolaro deve imparare a fare i calcoli a mente, e noi gli diamo un compito (problema). Se non riesce a risolverlo a mente, gli mettiamo a disposizione un pallottoliere (materia). Ora lui proietta il problema sul pallottoliere e con questo mezzo riesce a risolvere il problema (anche nella propria testa). Gli diamo poi un altro compito, che deve risolvere ancora una volta a mente. Se non ci riesce, gli forniamo di nuovo il pallotto

j¦ere - e continuiamo in questo modo finché finalmente può rinunciare al pallottoliere perché ormai è in grado di risolvere i compiti a mente - senza aiuti materiali. I calcoli avvengono sempre nella mente, e mai sul pallottoliere - ma la proiezione del problema sul piano visibile facilita il processo di apprendimento.
Dedico tanto spazio a questo punto preché dalla corretta comprensione di questo rapporto tra corpo e psiche deriva una conseguenza, che non consideriamo affatto ovvia: il corpo non è la sede in cui un problema possa essere risolto! La medicina ufficiale però continua a seguire

questa via. Tutti fissano come ipnotizzati i fatti corporei e tentano di risolvere la malattia sul piano fisico.
Qui però non c'è niente da risolvere. Sarebbe come voler tentare di trasformare il pallottoliere ogni volta che il nostro scolaro trova difficoltà a risolvere i suoi problemi. La condizione umana si sperimenta a livello di coscienza e si rispecchia nel corpo. Cambiando continuamente la posizione dello specchio, non si modifica affatto la persona che vi si riflette. Dio volesse che fosse così semplice! Noi dovremmo smettere di cercare nello specchio la causa e la soluzione di tutti i problemi che vi si riflettono, e dovremmo invece utilizzare lo specchio per imparare a riconoscere noi stessi.
Infezione = un conflitto divenuto materiale
Chi tende alle infezioni e alle infiammazioni, è una persona che cerca di evitare i conflitti.
Quando si è colpiti da una malattia infettiva, bisognerebbe porsi queste domande:
1. Quale conflitto non vedo nella mia vita?
2. Quale conflitto cerco di sfuggire?
3. Quale conflitto non confesso a me stesso?
Per individuare il tema del conflitto, bisognerebbe considerare attentamente il simbolismo dell'organo o della parte colpita del corpo.

2. Il sistema difensivo
Difendere significa non lasciar passare. Il polo opposto della difesa è l'amore. Si può cercare di definire l'amore dai più diversi punti di vista e dai più diversi livelli, però ogni forma d'amore è sempre riducibile all'atto del lasciar passare. In amore l'uomo dilata i propri confini, li apre e lascia passare qualcosa che finora era rimasto fuori. Questo confine noi in genere lo chiamiamo Io (Ego) e tutto ciò che è al di fuori della propria identificazione lo chiamiamo Tu (nonio). In amore questo confine si apre per lasciar passare un Tu, in modo che attraverso l'unione'diventi Io. Ovunque poniamo dei confini non diamo amore - ovunque lasciamo passare diamo amore. Dai tempi di Freud chiamiamo " meccanismi di difesa " quei moti della coscienza che devono impedire la penetrazione di contenuti minacciosi provenienti dal nostro subconscio. A questo punto è importante che non perdiamo di vista l'equazione microcosmo = macrocosmo, perché ogni rifiuto e difesa dal mondo circostante e dalle sue più diverse manifestazioni è sempre l'espressione esteriore di una difesa intrapsichi

ca. Ogni difesa rafforza il nostro Ego, perché accentua i confini. Per questo per l'uomo dir di no è sempre più gradevole che dir di si. Ogni no, ogni resistenza, ci consente di conservare i nostri confini, di sentire il nostro Io; ad ogni " assenso " questo confine invece diventa più labile, svanisce quasi, non lo sentiamo più. È difficile esprimere con le parole cosa siano i meccanismi di difesa, perché qualunque cosa si scriva, la si ammette nel migliore dei casi nelle altre persone. I meccanismi di difesa sono la somma di ciò che ci impedisce di essere completi! La via che conduce all'illuminazione è facile da formulare in teoria: tutto ciò che è, è buono. Sii d'accordo con tutto ciò che è - e diventerai uno con tutto ciò che è. Questa è la via dell'amore.
Ogni " Si - però... ", che sarà pronunciato adesso è difesa, e ci impedisce di diventare uno. Ora cominciano i variopinti e vari giochi dell'Ego, che non esita a mettere al servizio dei suoi confini le teorie

più pie, intelligenti e nobili. Così continuiamo a giocare il gioco del mondo.
Uno spirito acuto potrebbe osservare che se tutto ciò che è, è bene, allora anche la difesa dovrebbe essere un bene! Giusto, infatti lo è, perché ci aiuta in questo mondo polare a sentire quel contrasto che ci consente di evolverci, però in ultima analisi è soltanto un aiuto, destinato a divenire ben presto inutile con l'uso. In questo senso anche la malattia ha la sua giustificazione e tuttavia noi vogliamo trasformarla in guarigione.
Come la difesa psichica è diretta contro i contenuti interiori della coscienza, avvertiti come pericolosi e quindi impediti ad emergere a livello di coscienza superiore, così la difesa fisica è diretta ai nemici " esterni ", chiamati agenti o veleni. Noi siamo tanto abituati a sbandierare baldanzosamente questo sistema di valori da noi stessi elaborato, che crediamo davvero che queste norme siano assolute. E tuttavia non esistono nemici al di fuori di quelli che noi stessi dichiariamo tali. (Ci si può divertire a fare il gioco dell'identificazione del nemico studiando i libri dei diversi apostoli delle diete. Una cosa da un sistema è ritenuta enormemente nociva, mentre un altro sistema la consiglia come molto sana. Noi consigliamo questa dieta: leggere diligentemente tutti i libri riguardanti la nutrizione e poi mangiare quello che piace). In certe persone l'origina

lità di questi nemici soggettivi colpisce tanto che siamo disposti a considerarli ammalati: ci riferiamo agli allergici.
Allergia: l'allergia è una iperreazione a una sostanza riconosciuta pericolosa. Con riferimento alla capacità di sopravvivenza del corpo, il sistema difensivo proprio del corpo è la sua giustificazione. Il sistema immunitario del corpo forma antigeni contro gli allergeni e si difende così dai nemici. Negli allergici questa giusta difesa viene portata agli estremi. L'allergico si costruisce un'armatura e vede nemici dappertutto. Un numero sempre più alto di sostanze viene dichiarato nemico e di conseguenza l'armatura diventa sempre più robusta, per poter fronteggiare tutti questi nemici. In campo militare armarsi è sempre un segno di aggressività, e così anche l'allergia è espressione di forte difesa e aggressività repressa nel corpo. L'allergico ha problemi con la propria aggressività, che però in genere non ammette di avere e quindi neppure vive consapevolmente.
(Per evitare malintesi ricordiamo che noi parliamo di un aspetto psichico represso quando la persona in oggetto non lo percepisce consapevolmente in se stesso. Può darsi però che viva molto bene questo aspetto - e tuttavia non riconosce in sé questa qualità. Può però anche essere che la qualità sia stata tanto repressa che la persona non la vive nemmeno più. Quindi sia una persona aggressiva che una persona totalmente mite può aver represso la propria aggressività!).
Nel caso dell'allergia, l'aggressività è passata dalla psiche nel corpo e qui infuria: viene difesa e aggredita, combattuta e vinta. Affinché questa piacevole occupazione non finisca troppo presto per mancanza di nemici, ecco che innocui oggetti vengono dichiarati nemici: pollini di fiori, peli di gatto o di cavallo, polvere, detersivi, fumo, fragole, cani o pomodori. La scelta è illimitata - l'allergico non ha paura di niente - combatte con tutti e con tutto, però in genere dà la preferenza ai propri simboli favoriti.
È noto quanto sia stretto il rapporto tra aggressività e paura. Si combatte sempre ciò di cui si ha paura. Osservando più attentamente le sostanze cui di preferenza si è allergici, si scopre con facilità quali ambienti spaventino tanto l'allergico, al punto che li combatte appassionatamente in un rappresentante simbolico. Troviamo in primo luogo

i peli degli animali domestici, soprattutto quelli del gatto. Alla pelliccia del

gatto (e alla pelliccia in generale) gli uomini associano moine e carezze - la pelliccia è morbida e avvolgente, tenera e tuttavia " animalesca ". È un simbolo dell'amore e ha un riferimento sessuale (vedi gli animali di pezza con cui i bambini vanno a letto). Lo stesso vale per la pelle di coniglio. Nel cavallo la componente istintuale è più fortemente accentuata, nel cane quella aggressiva - anche se queste differenziazioni sono molto sottili e non fondamentali, perché un simbolo non ha mai confini netti.
Lo stesso significato hanno anche i pollini di fiori, gli allergeni preferiti di tutti coloro che soffrono di raffreddore da fieno. I pollini di fiore sono un simbolo di concepimento e riproduzione, e la primavera " piena " è la stagione in cui queste persone soffrono di più. Peli di animale e pollini come sostanze cui si è allergici mostrano che i temi " amore ", " sessualità ", " impulso " e " fertilità " sono carichi di paura e quindi evitati, non lasciati passare in quanto ritenuti aggressivi.
Lo stesso vale per la paura dello sporco, di ciò che non è puro, pulito, che si esprime nell'allergia per la polvere di casa. L'allergico cerca di evitare gli allergeni e anche gli ambienti corrispondenti, cosa nella quale la medicina piena di comprensione e le persone che gli vivono accanto lo aiutano volentieri. Ai giochi di potenza dell'ammalato anche qui non vengono posti confini: gli animali domestici vengono buttati fuori, nessuno può più fumare, eccetera. In questa tirannia nei confronti dell'ambiente circostante, l'allergico trova un buon campo di azione per realizzare la sua aggressività repressa senza che nessuno se ne accorga.
Il metodo della " desensibilizzazione " è buono come idea, però bisognerebbe applicarlo non al piano fisico ma a quello psichico se si vuole avere veramente successo. Infatti l'allergico può guarire soltanto se impara a confrontarsi consapevolmente con ciò che evita e teme, finché riesce a integrarlo nella coscienza e ad assimilarlo. Non si fa un buon servizio all'allergico incoraggiandolo nelle sue strategie difensive: lui deve conciliarsi coi suoi nemici, imparare ad amarli. Che gli allergeni esercitino sull'allergico esclusivamente un effetto simbolico e mai fisico/chimico, dovrebbe esser chiaro anche a un materialista incallito: basta che consideri che un'allergia ha sempre bisogno di coscienza per potersi manifestare. Durante la narcosì non c'è allergia, e allo stesso modo tutte le al

lergie spariscono durante una psicosì. In senso opposto, anche le immagini, come per esempio la fotografia di un gatto o una locomotiva sbuffante in un film, provocano nell'asmatico un attacco d'asma. La reazione allergica è assolutamente indipendente dalla sostanza dell'allergene.
La maggior parte degli allergeni sono espressione di vitalità: sessualità, amore, fertilità, aggressività, sporco - in tutti questi campi la vita si mostra nella sua forma più vitale. Però proprio questa vitalità che preme per manifestarsi incute una gran paura all'allergico, perché in ultima analisi egli ha un atteggiamento ostile nei confronti della vita. Il suo ideale è ciò che è sterile, non fertile, non fruttificante, la vita priva di impulsi e di aggressività - una condizione che quasi non merita di esser chiamata " vita ". Non stupisce

quindi che l'allergia in certi casi possa aumentare fino a creare pericolose malattie autoaggressive, in cui il corpo lotta e alla fine soccombe. In questo modo il proteggersi, chiudersi, incapsularsi ha raggiunto la sua forma più alta, quella che trova il suo compimento nella bara - la vera stanza priva di sostanze allergiche...
Allergia = aggressività divenuta materia
L'allergico dovrebbe porsi queste domande:
1. Perché non consento alla mia aggressività di manifestarsi, ma la costringo a lavorare silenziosamente ai danni del corpo?
2. Di quali ambienti di vita ho tanta paura da evitarli?
3. A quali temi si riferiscono le mie allergie?
Sessualità, voglie, aggressività, riproduzione, sporco nel senso dell'ambiente buio di vita?
4. Fino a che punto mi servo della mia allergia per manipolare chi mi vive accanto?
5. Come va col mio amore, con la mia capacità di " far passa re "?

.

i La respirazione
La "spinone è un b" "(tm)S ~ W tX
", Ispirazione e Lesomene II "spn"e . ^
rl!'*.1'Jr"","" fom ò un ri" Un polo
poli inspirazione ed espirazione i>"nirazione O in altri produce l'altro, l'inspirazione produce lespi ^"netermini: un polo vive dell'esistenza del pò£ opj"s^P se annulliamo una fase, sparisce anche 1 altra Un P pensa l'altro e i due insieme formano un mtto.Il resp ritmo, e il ritmo è la base di tutto ciò che £••££ d[anche sostituire i due poli della ^"^."^^ne, tensione e ^/"wioiK.
Questo rapporto: ^ZZ^*(tm)espirazionedistensione si mostra chiaramente ^^^ C'è un sospiro che introduce aria e porta alla tensione, che emette aria e che porta alla ^tensione
Riferito al corpo, l'evento centrale della "*P£(tm)£ contenesse di scambio: attraverso l'insptrazione 1 o g*" con *"o nell'aria viene portato ai globuli rossi, ment" ?^ *** ci liberiamo dell'anidride carbonica. La respirazione com

prende la polarità di prendere e dare, e questo è il simbolismo più importante della respirazione.
Le lingue antiche usano la stessa parola per indicare respirare e anima o spirito. In latino spirare (respirare) e spiritus (anima o spirito) hanno la stessa radice, che poi ritroviamo nella parola inspirazione. In greco psyche significa respiro e anche anima. In sanscrito troviamo la parola atman, passata alla moderna lingua indiana, che risulta parente stretta del tedesco atmen - respirare. In India una persona che ha raggiunto la perfezione viene chiamata Mahatma, che significa letteralmente " grande anima " e anche " grande respiro ". Dalla filosofia indiana apprendiamo anche che il respiro è il latore della forza di vita, che gli indiani chiamano prana. Nella storia biblica della creazione ci viene raccontato che Dio soffiò sulla zolla di terra e in questo modo l'uomo divenne un essere vivente.
Questa immagine mostra molto bene come al corpo materiale, all'aspetto formale, venisse inspirato qualcosa che non ha origine nella creazione -

il respiro divino. Soltanto questo respiro, che ha origine al di là di ciò che è creato, rende l'uomo un essere vivente e animato. Qui siamo già molto vicini al mistero del respiro. Il respiro non fa parte di noi, però ci appartiene. Il respiro non è in noi, bensì noi siamo nel respiro. Attraverso il respiro siamo costantemente collegati con qualcosa che è al di là del creato, al di là della forma. Il respiro fa si che non si spezzi questo collegamento col mondo metafisico (cioè con ciò che sta dietro la natura). Noi viviamo nel respiro come in un grande utero, che si dilata molto al di là della nostra piccola, limitata esistenza - ed è la vita, questo grande, ultimo mistero che non si può né spiegare né definire - la si può soltanto vivere, aprendosi e lasciando che ci pervada. Il respiro è il cordone ombelicale attraverso cui la vita scorre dentro di noi. Il respiro fa si che questo legame si mantenga.
Qui risiede la sua importanza: il respiro evita che l'uomo si chiuda, si isoli, renda impenetrabile il limite del proprio Io. Per quanto all'uomo piaccia incapsularsi nel proprio Io, il respiro lo costringe a mantenere il rapporto col nonIo. Rendiamoci conto che respiriamo la stessa aria che respira anche il nostro nemico. Il respiro ci rapporta costantemente a tutto. Anche se l'uomo vuole isolarsi, il respiro provvede a far sì che questo non sia possibile. L'aria che respiriamo ci collega

tra di noi, che lo vogliamo oppure no. Il respiro ha quindi a che fare col " contatto " e con la " relazione ".
Questo contatto tra ciò che viene da fuori e la propria corporeità avviene negli alveoli polmonari. Il nostro polmone possiede una superficie interna di circa settanta metri quadrati, mentre la superficie della nostra epidermide misura soltanto un metro quadrato o due. Il polmone è il nostro maggior organo di contatto. Se osserviamo più attentamente riconosciamo anche le sottili differenze tra i due organi di contatto dell'uomo, polmone e pelle: il contatto epidermico è un contatto molto stretto e diretto. È più avvolgente e intenso di quello del polmone ed è soggetto alla nostra volontà. Si può abbracciare qualcuno oppure lasciarlo andare. Il contatto che stabiliamo coi polmoni è indiretto ma coattivo. Non possiamo impedirlo, anche se non possiamo soffrire la persona in questione. Un'altra persona può portarci via l'aria. Un sintomo patologico può essere sballottato tra i due organi di contatto: una eruzione cutanea repressa può manifestarsi come asma, che - curata - può trasformarsi di nuovo in una eruzione cutanea. Sia l'asma che l'eruzione cutanea esprimono lo stesso problema; contatto, rapporto. Il rifiuto di prendere contatto con qualcuno attraverso il respiro si manifesta per esempio in uno spasmo respiratorio, come è il caso dell'asma.
Se prestiamo attenzione ai modi di dire che hanno a che fare con l'aria o la respirazione, sappiamo che ci sono situazioni in cui si è a corto d'aria o non si può più respirare liberamente. In questo modo tocchiamo il tema libertà e limitazione. Noi cominciamo la nostra vita col primo respiro, la concludiamo con l'ultimo. Col primo respiro facciamo però anche il nostro ingresso nel mondo esterno, in quanto ci sganciamo dall'unità simbiotica con la madre - diventiamo autonomi, liberi. Se uno fatica a respirare si spaventa; e tutte le forti "nozioni mozzano il respiro. Quando si supera una situazione difficile, la prima cosa che si fa è respirare profondamente, liberamente. Anche la proverbiale fame d'aria che ci assale specialmente in ambienti stretti e sovraffollati, è fame di libertà e di spazio libero.
Riassumiamo dunque quanto fin qui visto, e ci accorgeremo che il respiro simboleggia in primo luogo questi temi:

Ritmo nel senso di " siasia " Tensione - distensione Prendere - dare
Contatto - repulsione Libertà - limitazione
Respirazione - Assimilazione della vita
Nel caso di malattie che abbiano a che fare con la respirazion ci si dovrebbero porre queste domande:
1. Che cosa mi impedisce il respiro?
2. Che cosa non voglio accettare?
3. Che cosa non voglio dare?
4. Con che cosa non voglio entrare in contatto?
5. Ho paura di fare un passo verso una nuova libertà?

L'asma bronchiale
Dopo queste considerazioni generali sul respiro, osserviamo più da vicino il quadro dell'asma bronchiale - una malattia che costituisce sempre un esempio impressionante di rapporti psicosomatici. L'asma bronchiale si manifesta con una improvvisa mancanza d'aria, con un'espirazione tipica, simile a un fischio. È caratterizzata da un restringimento dei bronchi e bronchioli, che può essere provocato da un crampo della muscolatura liscia, da una infiammazione delle vie respiratorie e da un gonfiore allergico e secrezione della mucosa.
L'attacco d'asma viene vissuto dal paziente come una sorta di pericoloso soffocamento, chi ne è colpito lotta per l'aria, respira faticosamente, faticando specialmente nell'espirazione. Nell'asmatico si uniscono diversi problemi, che nonostante siano molto simili dobbiamo, per motivi didattici, descrivere separatamente.
1. Prendere e dare:
L'asmatico cerca di prendere troppo. Inspira a pieni polmoni - e arriva a un sovraccarico dei polmoni e quindi a un crampo espiratorio. Si prende fino al limite estremo possibile e quando si deve restituire, si arriva al crampo. Vediamo qui molto chiaramente il turbamento dell'equilibrio: le polarità prendere e dare si debbono corrispondere per poter formare un ritmo. La legge della mutazione vive di un equilibrio interno - e ogni sovraccarico interrompe il flusso. Nell'asmatico viene appunto interrotto il flusso respiratorio perché egli pensa troppo a prendere e quindi si sovraccarica. Ora non riesce più a rendere e di conseguenza in breve tempo neppure a riprendere ciò che gli piacerebbe tanto prendere.
Nell'inspirazione immettiamo ossigeno, nell'espirazione emettiamo anidride carbonica. L'asmatico vuole tenersi tutto e in questo modo si avvelena da solo, in quanto non riesce più a liberarsi di ciò che ha ormai utilizzato. Questo prendere senza dare porta letteralmente a una sensazione di soffocamento.
Il rapporto sbagliato tra prendere e dare, che si somatizza in modo tanto espressivo nell'asma, si ritrova in molte persone. Sembra così semplice avere un rapporto equilibrato tra dare e avere, e tuttavia tanti cadono proprio qui. Noi ci riferiamo

soltanto a quello che uno vorrebbe avere, sia che si tratti di denaro che di fama, di conoscenza, di saggezza, ecc., in ogni caso il rapporto tra dare e avere deve stare in equilibrio se non si vuole che quanto abbiamo preso ci soffochi. L'uomo riceve nella misura in cui dà. Se il dare si interrompe, si interrompe il flusso. Che pena fanno coloro che vogliono

portarsi nella tomba quello che sanno! Conservano gelosamente quel poco che hanno potuto apprendere e rinunciano alla ricchezza che potrebbero avere se accettassero di dividere con altri quello che sanno. Se soltanto l'uomo potesse capire che per tutti I c'è tutto in abbondanza!
Se a qualcuno manca qualcosa, è soltanto perché è lui stesSO a separarsene. Guardiamo dunque l'asmatico: lotta per l'aria, | sebbene ne abbia in abbondanza. Ma certuni non sono mai sazi...
2. Volersi isolare:
Si può provocare sperimentalmente l'asma in ogni persona facendole inspirare gas stimolanti, come l'ammoniaca. A partire da un certo livello di concentrazione ogni persona arriva a una reazione riflessa di protezione attraverso la coordinazione di blocco del diaframma, broncocostrizione e secrezione delle mucose. Questa situazione viene chiamata riflesso di Kretschmer. Si tratta di un riflesso costituito da un chiudersi e bloccarsi, per non lasciar passare qualcosa che viene da fuori. Nel caso dell'ammoniaca si tratta di un riflesso significativo, teso a conservare la vita, che però nell'asmatico avviene a un livello di soglia molto inferiore. L'asmatico avverte come pericolose le sostanze più semplici e innocue dell'ambiente circostante e si chiude subito nei loro confronti. Nell'ultimo capitolo abbiamo parlato diffusamente dell'allergia e della sua importanza, così che adesso è sufficiente richiamare alla memoria il tema del rifiuto e della paura. In effetti l'asma è spesso strettamente legata a un'allergia.
In greco l'asma si chiama ristrettezza di torace, in latino stretto si dice angustus, legato alla parola tedesca Angst = paura. Ritroviamo il latino angustus nella parola angina (irritazione delle ghiandole) e nell'angina pectoris (doloroso attacco cardiaco dovuto a restringimento delle coronarie). Per noi è bene considerare che le parole Angst (paura) e Enge (strettezza) sono collegate molto da vicino. Il senso di soffocamento, di ri

strettezza dell'asma ha molto a che fare con la paura, con la paura di lasciar penetrare determinati aspetti della vita, come già abbiamo visto nelle persone allergiche. Il volersi isolare raggiunge nell'asmatico vette ancora più alte, finché trova il culmine nella morte. La morte è l'ultima possibilità di chiudere, di isolarsi, di incapsularsi di fronte a ciò che vive. (A questo proposito può essere interessante la seguente osservazione: si può fare un gran dispetto all'asmatico dicendogli che la sua asma non sarà mai pericolosa per lui e che non ne perirà certamente. Lui infatti attribuisce una grande importanza alla pericolosità della sua malattia!).
3. Pretese di dominio e piccolezza:
L'asmatico possiede una grande pretesa di dominio, che però non confessa neppure a se stesso e che quindi viene sospinta nel corpo, dove riemerge sotto forma del " gonfiore " dell'asmatico. Questo gonfiore mostra chiaramente l'arroganza e la pretesa di dominio che egli ha accuratamente eliminato dalla sua coscienza. Per questo si rifugia volentieri nell'idealismo e nel formalismo. Se pero l'asmatico viene confrontato col desiderio di potere e di dominio di un altro (legge dei simili), il terrore gli attanaglia i polmoni e gli impedisce la parola - che viene modulata dall'aria che espiriamo. L'espirazione non gli riesce più - gli manca l'aria.
L'asmatico utilizza quindi i propri sintomi per esercitare un dominio sul mondo circostante. Gli animali domestici devono essere eliminati, ogni granello di polvere deve sparire, nessuno può fumare, eccetera. Questo desiderio di dominio trova la sua massima espressione negli attacchi più pericolosi, che si manifestano quando l'asmatico viene confrontato con il proprio desiderio di dominio. Questi attacchi sono pericolosi per il malato perché lo portano in situazioni che non riesce

più a controllare. E impressionante fino a che punto un malato danneggia se stesso solo per esercitare un potere. In psicoterapia spesso un attacco è l'ultima salvezza, quella alla quale ci si aggrappa quando si arriva troppo vicino alla verità.
Ma già questa parentela stretta tra esercizio di potere e autosacrificio fa intuire qualcosa circa l'ambivalenza di questo desiderio di dominio vissuto a livello inconscio. Infatti insieme al

crescente desiderio di potere, con questo continuo gonfiarsi ere" sce proporzionalmente anche il polo opposto, ovvero la debolezza e il senso di piccolezza e inettitudine. Un compito che l'asmatico dovrebbe imparare sarebbe quello di realizzare e accettare nella propria coscienza questa piccolezza.
Dopo un periodo prolungato di malattia si arriva a una dilatazione e a un irrobustimento del torace, che conferisce un aspetto solido e potente, ma consente ben poco aumento di volume respiratorio, perché non c'è elasticità. Più chiaramente il conflitto non potrebbe somatizzarsi: pretesa e realtà.
Nel gonfiarsi ritroviamo una buona dose di aggressività. L'asmatico non ha mai imparato ad articolare adeguatamente la sua aggressività a un livello verbale. Vorrebbe prendere aria, ha la sensazione di scoppiare, ma ogni possibilità di articolare in grida o improperi la sua aggressività resta nascosta netì polmoni. In questo modo queste manifestazioni aggressive regrediscono sul piano fisico e si manifestano sotto forma di tosse ed espettorazione. Pensiamo all'espressione: sputare in faccia a qualcuno...
L'aggressività si mostra inoltre nella componente allergica che in genere è legata all'asma.
4. Rifiuto dei lati oscuri della vita:
L'asmatico ama ciò che è pulito, netto, chiaro, sterile ed evita ciò che è buio, profondo, terreno, cosa che risulta evidente nella scelta delle sostanze cui si diviene allergici. Vorrebbe potersi collocare in alto per non venire in contatto con ciò che sta in basso. Per questo in genere è un cerebrale. La sessualità, che appartiene anch'essa al polo inferiore, viene sospinta dall'asmatico verso il petto, con una sovrabbondante produzione di muco, processo che sarebbe di competenza degli organi del sesso. L'asmatico espelle questo muco dalla bocca - una soluzione che viene capita da chi vede la corrispondenza tra genitali e bocca (di questo ci occuperemo più da vicino in un prossimo capitolo).
L'asmatico cerca aria pulita. Vorrebbe vivere in cima alle montagne (un desiderio che viene soddisfatto col nome di " terapia climatica "). Qui il suo desiderio di dominio si esprime in pieno. Dall'alto guarda gli oscuri fatti della valle, a distanza di sicurezza, in una sfera dove " l'aria è ancora pura ", sottratto

alle vallate e alla loro fertilità - lassù sui monti dove la vita si è ridotta a purezza minerale. Un altro soggiorno curativo è il mare con la sua aria salata. Anche qui lo stesso simbolismo: sale, simbolo del deserto, simbolo del regno minerale, simbolo di ciò che non ha vita. Questo è l'ambiente dove l'asmatico sogna di vivere - perché ha paura di ciò che è vivo. L'asmatico è una persona che ha bisogno d'amore - vuole avere amore, per questo inspira tanto. Però non può dare amore - l'espirazione gli è impedita.
Che cosa può aiutarlo? Come per tutti gli altri sintomi, c'è un'unica ricetta: consapevolezza e onestà estrema nei confronti di se stesso. Una volta che uno si è confessato le proprie paure, bisogna che cominci a non evitare più ciò che gli suscita queste paure, ma al

contrario lo cerchi finché può amarlo e integrarlo. Questo processo indispensabile è simbolizzato in una terapia che la medicina ufficiale non conosce, ma che è ben nota nella medicina naturale come uno dei rimedi più efficaci per l'asma e l'allergia: la terapia della propria urina, che consiste nell'iniettare per via intramuscolare al paziente la propria urina. Se consideriamo questa terapia dal punto di vista simbolico, vediamo che essa costringe un paziente a riprendersi quello che aveva eliminato, la propria sporcizia, a confrontarsi di nuovo con essa e a integrarla! È questo che guarisce!

Asma

Domande che l'asmatico dovrebbe porsi:

1. In quali campi voglio prendere senza dare. ^
2 Posso confessarmi consapevolmente le mie agg
quali possibilità ho di manifestarle? ^
3. In che" rapporto sono 1 nflttto << dornm o polea
4. Quali campi e abienu dt v.ta nfiu *^"* di qualcosa della
paura che si cela dietro
ct'trLo di evitare, che cosa considero sporco, infi£ Zendca'r'e: o8"i
"fa che si ha 1 ~,f £
e lapertura. b questa ia si che si era sempre evitato!

Raffreddore e affezioni influenzali

Prima di concludere l'argomento respirazione, consideriamo rapidamente i sintomi del raffreddore, in quanto essi colpiscono soprattutto gli organi della respirazione. L'influenza e il raffreddore sono processi infiammativi acuti - e così sappiamo che sono l'espressione di un conflitto. A questo punto non ci resta altro da fare che considerare i punti in cui il processo infiammativo si manifesta. Un raffreddore si manifesta sempre in situazioni di crisi, quando veramente non se ne può più. Può darsi che a qualcuno il concetto " situazione di crisi " suoni troppo violento: naturalmente non intendiamo crisi decisive, vitali, che per altro si esprimono in sintomi altrettanto violenti. Con " situazioni di crisi " intendiamo quelle situazioni frequenti, non sensazionali, ma per la psiche ugualmente importanti, che avvertiamo come un sovraccarico, per cui cerchiamo un motivo legittimo per sottrarcene, in quanto la situazione richiede troppo da noi. Dato che non siamo pronti per il momento ad accettare consapevolmente la provocazione di queste " piccole " situazioni quotidiane e i nostri desideri di fuga, arriviamo a una somatizzazione: il nostro corpo si assume la nostra stanchezza e il nostro fastidio. Attraverso questa via inconscia raggiungiamo il nostro scopo, addirittura col vantaggio che tutti hanno una piena comprensione per la nostra situazione, cosa sulla quale non avremmo probabilmente potuto contare se avessimo elaborato il conflitto a livello consapevole. Il nostro raffreddore ci consente di sottrarci un poco alla situazione incombente e di rivolgerci un po' di più a noi stessi. Possiamo vivere la nostra sensibilità a livello corporeo.

La testa fa male (in queste circostanze non ci si può attendere da nessuno un confronto cosciente coi propri guai!), gli occhi lacrimano, tutto è irritato, arrossato. Questa sensibilità generalizzata può arrivare a degli eccessi: nessuno deve venirci vicino, niente e nessuno ci deve toccare. Il naso è intasato e rende impossibile ogni tipo di comunicazione (respirazione come contatto!). Con la minaccia: "Non avvicinatevi, sono raffreddato! ", si riesce a tenere tutti a distanza. Questa situazione di distacco può essere rafforzata dagli starnuti, che

trasformano la respirazione in un'arma di aggressione. Anche il linguaggio come mezzo di comunicazione viene ridotto al minimo dalla gola irritata e dalla voce roca: in ogni caso non sarebbe pos

sibile sostenere una situazione di confronto. Una tosse violenta mostra nel più chiaro dei modi che il piacere della comunicazione si limita a gettare qualcosa in faccia alla gente.
Non meraviglia che in questa situazione di difesa anche le tonsille funzionino come uno dei più importanti organi difensivi del corpo e lavorino a pieno ritmo. Infatti si gonfiano tanto che non è più possibile inghiottire tutto, una situazione che dovrebbe far meditare il paziente e portarlo a chiedersi che cosa non riesca più a mandar giù. Inghiottire è infatti un atto di accettazione - ed è appunto questo che non accettiamo più. Il raffreddore ce lo mostra a tutti i livelli. I dolori alle articolazioni e la sensazione di sfinimento dell'influenza paralizzano ogni movimento e a volte addirittura, attraverso dolori alle spalle, danno la precisa sensazione del peso dei problemi che caricano le spalle della persona sfinendola.
Una gran quantità di questi problemi cerchiamo di allontanarla sotto forma di catarro, e più ce ne liberiamo, più ci sentiamo alleggeriti. Il catarro ostinato, che da principio bloccava tutto interrompendo ogni comunicazione, deve sciogliersi e divenire fluido affinché le cose possano rimettersi in movimento. Così alla fine ogni raffreddore rimette in moto qualcosa e segnala un piccolo progresso in una situazione in evoluzione. La medicina naturale vede giustamente nel raffreddore un (sanissimo) processo di purificazione, che libera il corpo dalle tossine - sul piano psichico le tossine corrispondono a problemi che analogamente devono essere resi più fluidi ed essere risolti. Corpo e anima escono fortificati dalla crisi - fino alla prossima volta che ne avremo abbastanza...

4. La digestione
Nella digestione avviene qualcosa di molto simile a quello che avviene nella respirazione. Attraverso la respirazione noi accettiamo il mondo circostante, lo assimiliamo e ci liberiamo di ciò che non è assimilabile. Lo stesso avviene nella digestione, però il processo digestivo penetra più a fondo nella concretezza del corpo. Il respiro è dominato dall'elemento aria, la digestione dall'elemento terra, è quindi più materiale. A differenza dalla respirazione, alla digestione manca un ritmo preciso. Il ritmo tipico della respirazione perde nell'elemento terra la sua chiarezza e nitidezza.
La digestione ha anche un'analogia con le funzioni cerebrali, perché il cervello (ovvero la coscienza) elabora e digerisce le impressioni non materiali del mondo (perché l'uomo non vive dì solo pane). Nella digestione dobbiamo elaborare gli elementi materiali di questo mondo. La digestione comprende quindi:
1 accettazione del mondo esterno sotto forma di impressioni materiali

2. distinzione tra ciò che è " digeribile " e ciò che è " indigeribile "
3. assimilazione di sostanze digeribili
4. eliminazione delle sostanze non digeribili
Prima di occuparci più da vicino dei problemi che possono presentarsi nella digestione, è utile gettare uno sguardo al simbolismo della nutrizione. Nei cibi che l'uomo preferisce o rifiuta, è già riconoscibile

una grande quantità di cose (dimmi cosa mangi e ti dirò chi sei!). È un buon esercizio acuire l'occhio e la coscienza in modo tale che siano in grado di riconoscere anche nei processi più abituali e quotidiani i rapporti che si celano dietro alle manifestazioni, che non sono mai casuali. Quando una persona ha fame di qualcosa di preciso, questa è l'espressione di una ben precisa affinità ed è quindi in ultima analisi un'informazione precisa sulla persona stessa.
Se qualcosa " non è di suo gusto ", questa antipatia è esattamente interpretabile, allo stesso modo di una decisione in un test psicologico. La fame è il simbolo del voler avere, del voler introdurre, è espressione di una certa determinata bramosia. Mangiare è il soddisfacimento di questo desiderio attraverso l'integrazione, attraverso l'assunzione e la soddisfazione dello stimolo della fame.
Se qualcuno ha fame d'amore senza che questa fame venga adeguatamente saziata, essa si manifesta di nuovo nel corpo come fame di cose dolci. Fame di dolci e ghiottonerie è sempre l'espressione di una non saziata fame d'amore. Il doppio significato della parola dolce diviene evidente quando parliamo di dolce fanciulla. E si usa anche dire che si vorrebbe mangiare dì baci una persona. Amore e dolci sono strettamente legati. La ricerca di dolci di certi bambini è un indizio chiaro del fatto che non si sentono sufficientemente amati. I genitori protestano subito quando si sentono dire queste cose, affermando che per i loro figli loro " fanno tutto ". Ma " fare tutto " e " amare " non sono necessariamente la stessa cosa. Chi spilluzzica e mangia dolciumi, ha fame d'amore e ha bisogno di essere saziato. Esistono anche genitori che rimpinzano i loro bambini di dolciumi e in questo modo fanno capire che non sono disposti a dare amore ai figli e quindi glielo offrono come surrogato allo stesso livello.
Le persone che pensano molto e svolgono un lavoro intel

lettuale hanno bisogno e desiderio di cibi salati e genuini. Le persone molto conservative preferiscono alimenti in scatola o conservati, specialmente prodotti affumicati, e gradiscono il tè forte, che bevono amaro (in generale, cibi che trattengono acido tannico). Chi predilige un cibo ben aromatizzato e piccante mostra di avere il desiderio di nuovi stimoli e nuove impressioni. Sono persone che amano le provocazioni, anche quando sono difficili da sopportare e da digerire. La situazione è totalmente diversa nelle persone che mangiano cibi leggeri: niente sale, niente spezie. Sono persone che evitano tutte le sensazioni nuove. Temono le provocazioni del mondo, hanno paura di ogni confronto. Questa paura può arrivare sino alle creme e alle pappe dei malati di stomaco, della cui personalità parleremo più a fondo tra breve. Sono cibi da bambini, e questo mostra chiaramente che il malato di stomaco regredisce alla situazione indifferenziata dell'infanzia, quando non si deve decidere né prendere posizione e si può persino rinunciare alla masticazione del cibo (che presenta un suo lato aggressivo).
Una paura eccessiva delle lische simbolizza la paura delle aggressioni. La paura dei noccioli è paura dei problemi - si va malvolentieri al nocciolo delle cose. Questo gruppo di persone ha un gruppo opposto: i macrobiotici. Costoro vogliono ad ogni costo arrivare al nocciolo delle cose e di conseguenza sono aperti nei confronti dei cibi duri. La situazione è a un punto tale che rifiutano anche gli aspetti non problematici della vita: anche nei cibi dolci vogliono qualcosa da mordere con forza e decisione. In questo modo i macrobiotici tradiscono una certa paura dell'amore e della tenerezza, hanno cioè qualche difficoltà ad accettare l'amore. Ci sono persone che portano a un punto tale la loro ostilità ai conflitti che alla fine vengono nutrite per via endovenosa - e questa è senza dubbio la forma più sicura di vita vegetale priva di conflitti e di responsabilità personali.
I denti

Il nutrimento arriva prima di tutto in bocca e lì viene triturato dai denti. Coi denti noi mordiamo e trituriamo. Mordere è un atteggiamento molto aggressivo, è espressione della possibilità e capacità di afferrare, prender posizione, attaccare. Il cane digrigna i denti e documenta in questo modo la prò

pria pericolosità; e allo stesso modo parliamo di " mostrare i denti a qualcuno ", intendendo la ferma decisione di difenderci. I denti cattivi o malati indicano che la persona ha difficoltà a mostrare o ad applicare la propria aggressività.
Questo rapporto permane anche se qualcuno potrebbe obiettare che al giorno d'oggi quasi tutti hanno denti malandati, come si può constatare già nei bambini. Il che è sicuramente giusto, però si può osservare che i sintomi collettivi mostrano semplicemente problemi collettivi.
L'aggressività è diventata un problema di primaria importanza in tutte le civiltà altamente sviluppate della nostra epoca. Si richiede un " atteggiamento adeguato alla società ", che in parole povere significa: " Reprimi la tua aggressività! ". Tutte queste aggressività represse dei nostri concittadini così gentili e pacifici, così ben adattati socialmente, si manifestano di nuovo sotto forma di " malattie ". Le cliniche sono diventate i moderni campi di battaglia della nostra società. Qui le aggressività represse combattono battaglie impietose contro i loro portatori. Qui le persone soffrono per la propria personale cattiveria, che per tutta la vita non hanno osato scoprire in se stessi ed elaborare consapevolmente.
Non dovrebbe meravigliare il fatto che nella maggior parte delle malattie ritroviamo l'espressione dell'aggressività e della sessualità. Entrambi sono problemi che l'uomo del nostro tempo ha fortemente represso. Forse qualcuno obietterà che sia la criminalità in aumento che l'ondata sessuale odierna sembrano parlare contro questa argomentazione. Al che si potrebbe rispondere che sia la mancanza che l'esplosione dell'aggressività sono sintomi del fatto che l'aggressività viene repressa. Si tratta di fasi diverse del medesimo processo. Soltanto se l'aggressività non deve essere repressa e può manifestarsi fino dall'inizio venendo utilizzata come energia positiva, è possibile integrare consapevolmente il lato aggressivo della personalità. Un'aggressività integrata diviene disponibile come energia e vitalità senza trasformarsi in debolezza sdolcinata o in selvagge esplosioni aggressive. Ma per raggiungere questo livello occorre maturare attraverso le esperienze. L'aggressività repressa conduce soltanto a una situazione interiore disordinata, con la quale ci deve confrontare sotto la pervertita forma di malattie. Quanto fin qui detto vale anche per la sessualità e per tutte le altre funzioni psichiche.
Torniamo ora ai denti, che negli uomini e negli animali

rappresentano aggressività e capacità di confronto. Capita spesso di sentir fare riferimenti ai popoli primitivi, la cui dentatura sana è attribuita in termini causali al loro modo naturale di mangiare. In questi popoli, però, troviamo anche un rapporto tutto diverso con l'aggressività.
Oltre alla già citata aggressività, i denti mostrano anche la nostra vitalità, la nostra forza vitale (aggressività e vitalità sono soltanto

due aspetti diversi di un'unica forza, anche se i due concetti richiamano in noi associazioni opposte). Pensiamo al proverbio: " A cavai donato non si guarda in bocca ". È un'espressione che indica chiaramente l'abitudine di guardare in bocca al cavallo che si sta per comprare, per poter valutare dalla condizione dei denti l'età e la vitalità dell'animale. Anche l'interpretazione psicoanalitica dei sogni interpreta la caduta dei denti come un'indicazione che il sogno ci dà circa la perdita di energia e di potenza.
Ci sono persone che di notte regolarmente digrignano i denti, a volte in maniera così violenta che è necessario cercare di impedire questo gesto con mezzi artificiali e speciali apparecchi dentistici per salvare i denti dalla distruzione. Il simbolismo di questo fatto è chiaro: digrignare i denti è un termine usato simbolicamente per esprimere l'aggressività impotente. Chi di giorno deve reprimere il suo desiderio di mordere, finisce per digrignare i denti di notte, finché in questo modo smussa e danneggia i propri pericolosi denti...
Chi ha i denti cattivi, manca di vitalità e quindi anche della capacità di prendere posizione e affrontare le situazioni. Per lui i problemi sono difficili da masticare e da digerire.
La dentiera consente di mostrare agli altri una vitalità e una forza di penetrazione che non si possiede più. Tuttavia, come avviene sempre con le protesi, questo atto è e resta un'illusione: un morso è soltanto un " morso comprato ".
La gengiva è la base dei denti e li sostiene: essa rappresenta quindi la base della vitalità e dell'aggressività, rappresenta la fiducia in se stessi e il senso di sicurezza nelle proprie Possibilità. Se una persona manca di fiducia e sicurezza in se stessa, non riuscirà mai a confrontarsi in maniera attiva e vitale coi problemi, non avrà mai il coraggio di spaccare le noci coi denti o di mettersi in stato di difesa. È la fiducia che consente tutto questo, così come sono le gengive a sostenere 1 denti. Se però la gengiva è sensibile e vulnerabile al punto

da sanguinare continuamente, non sarà più un valido supporto per i denti. Il sangue è il simbolo della vita e così le gengive continuamente sanguinanti mostrano con estrema chiarezza come alla fiducia e alla sicurezza già alla minima provocazione sfugge la vita.
Inghiottire
Una volta che abbiamo triturato il cibo coi denti, lo inghiottiamo. Inghiottendo integriamo, accettiamo, facciamo nostro definitivamente. Fintanto che abbiamo una cosa in bocca, possiamo sputarla, ma una volta che l'abbiamo inghiottita, è difficile tornare indietro. Se il boccone è grosso, l'inghiottiamo a fatica, se è troppo grosso non riusciamo proprio a inghiottirlo. A volte nella vita bisogna inghiottire qualcosa che non si vorrebbe inghiottire, per esempio un licenziamento. Ci sono cattive notizie che si fa fatica a inghiottire.
Proprio in questi casi è più facile inghiottire qualcosa se ci si aiuta con un po' di liquido. Le bevande alcoliche sono spesso destinate a facilitare l'operazione di inghiottire cose difficilmente inghiottibili, o addirittura a sostituirle. Si inghiottono liquidi perché nella vita ci sono altre cose che non si possono o non si vogliono inghiottire. In questo modo l'alcolizzato sostituisce il cibo col bere (chi beve molto, perde l'appetito) - sostituisce il cibo duro, solido e difficile da mandar giù con il contenuto della bottiglia, che va giù facilmente.

C'è tutta una serie di disturbi che rendono più difficile inghiottire, per esempio il senso di occlusione della gola, o dolori che danno la sensazione di non riuscire più a inghiottire. In questi casi ci si dovrebbe sempre chiedere: " Che cosa c'è in questo momento della mia vita che non posso o non voglio inghiottire? ". Tra i disturbi della deglutizione c'è una variante originale, l'" aerofagia ", che significa letteralmente " mangiare l'aria ". La parola stessa dice chiaramente quello che sta succedendo. Non si vuole inghiottire qualcosa, non la si vuole far propria, ma volontariamente ci si autoinganna: " inghiottiamo aria ". Questa resistenza occultata alla deglutizione si manifesta poco dopo sotto forma di rutti ed emanazioni rettali.

Nausea e vomito

Una volta che abbiamo inghiottito il cibo (e quindi accettato) può risultare che esso sia per noi difficilmente digeribile e che ci sembri di avere una pietra nello stomaco. Una pietra però, analogamente al nocciolo, è il simbolo di un problema (c'è anche per esempio la pietra dello scandalo). Sappiamo tutti che un problema può restarci sullo stomaco e rovinarci la digestione. L'appetito è dipendente in larga misura dalla situazione psicologica. Molti modi di dire mostrano questa analogia tra i fatti psicologici e quelli somatici: Questa cosa mi ha tolto l'appetito, oppure: Quando ci penso, mi vien la nausea, o anche: Mi sento male appena lo vedo. La nausea segnala il rifiuto di qualcosa che non vogliamo e che quindi ci sta sullo stomaco.

Anche un modo disordinato di mangiare può portare alla nausea. Questo non vale soltanto sul piano fisico - anche nella coscienza si possono immagazzinare contemporaneamente molte cose che disturbano, e che di conseguenza non sono digeribili.

La nausea arriva al culmine quando si vomita quello che si è mangiato. Ci si libera delle cose e delle impressioni che non si vuole avere, integrare, far proprie. Il vomito è l'espressione massiccia del rifiuto e della ripulsa.

Vomitare significa " non accettare ". Questo rapporto è evidente anche nel ben noto vomito delle gravide, che mostra il rifiuto inconscio del bambino o più esattamente del seme maschile che in realtà non si voleva " far proprio ". Estendendo questo concetto, il vomito della donna gravida può anche esprimere il rifiuto del proprio ruolo femminile e materno.

Lo stomaco

Il primo luogo dove arriva il nostro cibo (quello non vomitato) è lo stomaco, che ha la funzione primaria di accettare ed accogliere. Lo stomaco assorbe tutte le impressioni che vengono da fuori, accoglie quello che deve essere digerito. La capacità di accogliere presume apertura, passività, disponibilità nel senso di capacità di donarsi. Date queste qualità, lo stomaco rappresenta il polo femminile. Come il principio maschile è ca

ratterizzato dalla capacità di irradiare e di svolgere un'attività (elemento fuoco), così il principio femminile mostra la capacità di accettare, di donarsi, di assorbire le impressioni, di accogliere e custodire (elemento acqua). Sul piano psicologico è la capacità di sentire, il mondo dei sentimenti (non delle emozioni!), che realizza l'elemento femminile. Se una persona reprime dalla propria coscienza la capacità di sentire, questa funzione cala nel corpo e lo stomaco deve assumersi oltre alle impressioni fisiche prodotte dal cibo anche quelle

psicologiche. In questo caso non vale soltanto il detto L'amore passa attraverso lo stomaco, ma anche l'espressione Avere qualcosa sullo stomaco, e Digerire qualcosa.
Oltre alla capacità di accogliere, troviamo nello stomaco un'altra funzione, che sarebbe da attribuire al polo maschile: produzione ed emanazione dei succhi gastrici. Il succo gastrico morde, disfa, aggredisce - è senza alcun dubbio aggressivo. Se una persona non riesce ad esprimere o a vincere consapevolmente la propria aggressività, ed è costretta ad inghiottire dei bocconi amari, la sua aggressività si somatizza: lo stomaco reagisce, produce per reazione succhi gastrici in eccesso per elaborare sul piano fisico sentimenti non materiali - un'impresa difficile, che fa capire che sarebbe di gran lunga preferi* bile non inghiottire forzatamente i sentimenti e non affidarli per la digestione allo stomaco.
Il malato di stomaco ha quindi i suoi problemi. Gli manca la capacità di controllare consapevolmente la propria rabbia e la propria aggressività e quindi di risolvere responsabilmente conflitti e problemi. Il malato di stomaco o non esprime affatto la propria aggressività (inghiotte tutto) o mostra un'aggressività esagerata: entrambi gli estremi non lo aiutano affatto a risolvere veramente i problemi perché gli manca la fede in se stesso che è la base indispensabile per superare ogni tipo di problema: ne abbiamo già parlato a proposito della masticazione. Tutti sanno che un cibo masticato male è difficilmente digeribile per uno stomaco ipersensibile, che produce succhi gastrici in eccesso. Masticare significa però aggressività. Se manca la masticazione, cioè il comportamento aggressivo, il peso diviene troppo grave per lo stomaco, che è costretto a produrre più succhi gastrici.
Il malato di stomaco è una persona che non può permettersi alcun conflitto, che inconsapevolmente desidera ritornare alla

situazione dell'infanzia, che è priva di conflitti. Il suo stomaco vuole di nuovo le pappine. Infatti il malato di stomaco si nutre di cibo predigerito, di alimenti che sono già stati passati al setaccio, filtrati, che hanno cioè già dimostrato la loro nonpericolosità. Il malato di stomaco non può più permettersi di ingerire bocconi pesanti: i problemi sono rimasti nel setaccio. Non ingerisce neppure cibi crudi, troppo primitivi, troppo pericolosi. Il cibo deve venire prima ucciso dal processo aggressivo della cottura, deve passare attraverso il fuoco prima di essere inghiottito. Anche il pane integrale è difficile da digerire, perché contiene ancora troppi problemi. Tutti i cibi piccanti, alcool, caffè, nicotina e dolciumi rappresentano uno stimolo troppo forte perché il malato di stomaco possa permetterseli. La vita e il cibo devono essere esenti da tutte le provocazioni. I succhi gastrici producono un senso di oppressione, che impedisce di far proprie altre impressioni.
Il malato di stomaco che prende medicamenti acidi finisce per eruttare sovente, cosa che produce un senso di sollievo, dato che l'eruttazione è una manifestazione aggressiva rivolta verso l'esterno: ci si è liberati dell'aria e la pressione è un po' diminuita. Anche i tranquillanti (per esempio il Valium) prescritti dalla medicina ufficiale indicano chiaramente il medesimo rapporto: col medicamento il collegamento tra psiche e sistema vegetativo viene interrotto chimicamente, un'operazione che nei casi più gravi viene fatta dal chirurgo, che stacca certi fasci nervosi che producono troppi acidi (vagotomia). Entrambi questi interventi della medicina ufficiale interrompono il rapporto sentimentostomaco, affinché lo stomaco non debba più digerire somaticamente i sentimenti. Lo stomaco viene protetto dagli stimoli esterni. Lo stretto rapporto esistente tra psiche e secrezione gastrica è noto da quando Pavlov compì i suoi famosi esperimenti (Pavlov dava ai suoi cani del cibo e contemporaneamente sonava una campanella, producendo

così un riflesso condizionato, per cui dopo qualche tempo bastava il suono della campana per produrre la secrezione gastrica).
La consuetudine di dirigere sentimenti e aggressività non verso l'esterno, ma verso l'interno, contro se stessi, porta come conseguenza a ulcere gastriche, che non sono formazioni nuove, ma perforazioni della parete dello stomaco. Chi ha ulcere gastriche digerisce non le impressioni esterne, ma la parete del proprio stomaco, digerisce se stesso: si autodivora.

Il malato di stomaco deve imparare a prendere coscienza dei j propri sentimenti, ad elaborare consapevolmente i conflitti e a digerire consapevolmente le proprie impressioni e sensazioni. Inoltre l'ulceroso dovrebbe prendere chiaramente coscienza del proprio desiderio di dipendenza infantile, di protezione materna e della propria nostalgia di amore e di cure: soprattutto nei casi in cui questi desideri sono ben nascosti dietro una facciata di indipendenza, orgoglio e capacità di imporsi. Anche in questo caso lo stomaco rivela la verità.
Disturbi di stomaco e digestivi
Chi soffre di disturbi di stomaco e della digestione dovrebbe porsi queste domande:
1. Che cosa non posso o non voglio inghiottire?
2. Butto giù cose che non vorrei inghiottire?
3. In che rapporto sono coi miei sentimenti?
4. Di che cosa ne ho abbastanza?
5. Che ne è della mia aggressività?
6. Come risolvo i miei conflitti?
7. Esiste in me la nostalgia repressa di un paradiso infantile senza conflitti, in cui vengo soltanto amato e coccolato senza la necessità di mordere me stesso?

Intestino tenue e intestino crasso
È nell'intestino tenue che avviene la vera e propria digestione del cibo attraverso la sua scissione nelle singole componenti (analisi) e l'assimilazione. Sorprendente è l'analogia esteriore tra l'intestino tenue e il cervello. Entrambi hanno fra l'altro compiti e funzioni analoghi: il cervello digerisce le impressioni sul piano non materiale, l'intestino tenue digerisce le impressioni materiali. I disturbi all'intestino tenue dovrebbero portare a chiedersi se non si analizza per caso troppo, perché la caratteristica della funzione dell'intestino tenue è appunto l'analisi, la scissione, il dettaglio. Le persone che presentano disturbi all'intestino tenue tendono in genere ad un'eccessiva analisi e critica, hanno qualcosa da eccepire in ogni occasione e circostanza. L'intestino tenue è anche un ottimo indicatore delle paure esistenziali. Nell'intestino tenue il cibo viene valutato, " sfruttato ". Dietro all'eccessiva tendenza a valutare e considerare, si cela sempre la paura dell'esistenza, la paura di non riuscire a prendere a sufficienza e quindi di morire di fame. Molto più di rado i problemi al tenue significano il contrario, cioè troppo poca capacità di critica.
Uno dei sintomi più frequenti dell'intestino tenue è la diarrea. In termini popolari si usa dire: farsela addosso dalla paura. La diarrea indica sempre una problematica legata all'ansia e alla paura. Quando si ha paura, non si ha più il tempo di confrontarsi analiticamente con le impressioni. Ci si libera delle impressioni

senza digerirle. Non resta più niente in sospeso. Ci si ritira in un posticino solitario e silenzioso, dove si può lasciare che le cose seguano il loro corso. Così facendo si perdono liquidi, e ogni liquido è simbolo di quella flessibilità che sarebbe necessaria per dilatare l'angusto confine dell'io e superare così le proprie paure. Abbiamo già accennato al fatto che la paura è sempre collegata alla strettezza e alla ritenzione. La terapia della paura è sempre questa: rilassarsi e stendersi, diventare flessibili e lasciare che le cose vadano come devono andare. La terapia della diarrea si limita in genere a far si che al malato vengano prescritte grandi quantità di liquidi. In questo modo egli riceve simbolicamente quella flessibilità di cui ha bisogno per ampliare i propri orizzonti limitati che gli fanno paura. La diarrea, sia essa cronica o acuta, ci insegna sempre che abbiamo paura e vogliamo trat

tenere con troppa forza quello che abbiamo: ci insegna a rilassarci e ad accettare.
Nell'intestino crasso la digestione vera e propria è già finita. Qui al residuo indigeribile del cibo viene semplicemente sottratta acqua. Il disturbo più frequente che avviene in questa zona è la stitichezza. Fin dai tempi di Freud la psicoanalisi interpreta l'evacuazione come l'atto di dare e donare. Che gli escrementi abbiano a che fare col denaro, è un fatto noto ed espresso anche nelle fiabe: per esempio in quella dell'asino che invece di escrementi fa talleri d'oro. Secondo un detto popolare, mettere inavvertitamente il piede su escrementi di cane significa prospettiva di denari inattesi. Questi brevi cenni dovrebbero bastare per far capire il rapporto simbolico tra escrementi e denaro, e quindi tra evacuazione e donazione. La stitichezza è espressione del non voler dare, del voler trattenere e riguarda sempre l'avarizia. La stitichezza al giorno d'oggi è un sintomo molto frequente di cui soffre la maggior parte delle persone. Mostra chiaramente un attaccamento troppo forte alle cose materiali e l'incapacità di donare su questo piano.
L'intestino crasso presenta però un altro significato simbolico. Come l'intestino tenue corrisponde al pensiero consapevole, analitico, così l'intestino crasso corrisponde all'inconscio, in senso letterale al " mondo inferiore ". L'inconscio, visto in termini mitologici, è il regno dei morti. L'intestino crasso è anch'esso un regno dei morti, perché li si trovano le sostanze che non è stato possibile trasformare in vita, è il luogo in cui può avvenire la putrefazione, che è un processo di morte. Se l'intestino crasso simbolizza l'inconscio, il lato notturno del corpo, gli escrementi corrispondono ai contenuti dell'inconscio. In questo modo riconosciamo subito chiaramente un altro significato della stitichezza: è la paura di far venire alla luce i contenuti inconsci. È il tentativo di conservare dentro di sé i contenuti inconsci, repressi. Le impressioni psicologiche vengono immagazzinate e in questo modo non si riesce a prenderne le distanze. Per questo motivo è di grande vantaggio per la psicoterapia se per prima cosa viene risolta la stitichezza del paziente, così che per analogia possono venire alla luce anche i contenuti inconsci. La stitichezza ci mostra che abbiamo difficoltà nel dare e nel donare, che vogliamo trattenere sia le cose materiali che i contenuti inconsci.

Colite ulcerosa è il nome di un'infiammazione dell'intestino crasso che inizia in maniera acuta, tende a diventare cronica ed è accompagnata da dolori e perdita di sangue e muco. Il sangue e il muco sono sostanze vitali, sono antichissimi simboli di vita (i miti di alcuni popoli primitivi narrano che tutta quanta la vita ebbe inizio dal muco). Chi ha paura di realizzare la propria vita e la propria personalità perde sangue e muco. Vivere la propria vita richiede però la capacità di difendere la propria posizione nei confronti degli altri, il che porta con sé necessariamente una certa solitudine. Per questo il colitico ha paura. Per la paura suda sangue e acqua - attraverso la via traversa dell'intestino. Attraverso l'intestino (= l'inconscio) offre i simboli della propria vita: sangue e muco. A questa persona è necessario far capire che ognuno deve vivere consapevolmente e responsabilmente la propria vita - altrimenti finisce per perderla.

Pancreas

Del campo della digestione fa parte anche il pancreas, che svolge due funzioni primarie: la parte esocrina produce i succhi gastrici essenziali, la cui attività rivela chiaramente un carattere aggressivo. La parte endocrina del pancreas produce l'insulina. Una sottoproduzione di insulina porta a una malattia molto diffusa, il diabete. La parola diabete deriva dal verbo greco diabeinein, che significa passare. In origine questa malattia si chiamava anche caduta degli zuccheri. Se richiamiamo alla mente il simbolismo precedentemente esposto della nutrizione, possiamo tradurre liberamente l'espressione caduta degli zuccheri con caduta dell'amore. Il diabetico in mancanza di insulina non riesce ad assimilare gli zuccheri contenuti nel cibo, per cui lo zucchero passa attraverso di lui e finisce nelf urina. Se sostituiamo la parola zucchero con la parola amore, abbiamo un quadro precisissimo della problematica del diabetico. I dolci sono soltanto il surrogato di altri dolci desideri che rendono dolce la vita. Dietro al desiderio del diabetico di gustare cose dolci e alla sua contemporanea incapacità di assimilare gli zuccheri, si cela un desiderio non confessato di amore, accoppiato all'incapacità di accettare amore, di farsene compenetrare. Il diabetico deve quindi vivere di

" surrogati " per quello che riguarda il cibo, e anche per quello che riguarda i suoi autentici desideri. Il diabete porta a una superacidificazione di tutto il corpo che può arrivare fino al coma. Noi già conosciamo gli acidi come simbolo di aggressività. Continuamente ritroviamo questa polarità di amore e aggressività, di zucchero e acidi (in mitologia: Venere e Marte). Il corpo ci insegna che chi non ama, diviene acido; o, per dirlo ancora più chiaramente: chi non sa godere, diviene ben presto non godibile!

Sa accogliere l'amore soltanto chi sa dare amore - e il diabetico manifesta l'amore soltanto sotto forma di zucchero non assimilato nelle urine. Il diabetico vuole amore (cose dolci), ma non ha il coraggio di affrontare in maniera attiva il problema (" ...io non posso proprio mangiare niente di dolce! "). Continua a desiderare di' poterlo fare (" ...mi piacerebbe tanto, ma proprio non posso! ") - ma non riesce a ricevere amore perché non ha imparato a dare lui stesso amore; così l'amore passa attraverso di lui, come lo zucchero non assimilato.

Il fegato

Il fegato non è semplice da descrivere e considerare, perché è un organo dalle molteplici funzioni. È l'organo più grande dell'uomo ed è l'organo

centrale del ricambio o - per esprimerlo in modo figurativo - è il laboratorio dell'uomo. Ecco una rapida descrizione delle sue più importanti funzioni:
1. Immagazzinamento di energia: il fegato costruisce glicogeno (forza) e lo immagazzina. Inoltre gli idrati di carbonio vengono qui trasformati in grasso e immagazzinati nei depositi di grasso del corpo.
2. Produzione di energia: il fegato costruisce glucosìo (energia) dagli aminosauri assunti col cibo e dalle sostanze grasse. Tutto il grasso finisce nel fegato e qui viene trasformato per la produzione di energia.
3. Ricambio di albumina: il fegato può sia costruire che sin tetizzare di nuovo gli aminosauri. In questo modo il fegato l'anello di congiunzione tra le proteine del regno animale e ve getale (da cui deriva il nostro cibo) e le proteine umane. Le proteine dei vari tipi sono perfettamente individuali, però i

loro elementi costitutivi, gì aminosauri, sono universali (come dire che diversi tipi di case - proteine - sono costruiti tutti con gli stessi mattoni - aminosauri). La differenza individuale delle proteine nel regno vegetale, animale e umano consiste quindi del diverso modello di ordinamento degli aminosauri: la disposizione degli aminosauri è codificata nel DNS.
4. Disintossicazione: i veleni propri del corpo e anche quelli estranei al corpo vengono resi inattivi nel fegato e trasformati in sostanze solubili in acqua, per essere poi eliminati attraverso la bile o i reni. Inoltre anche la bilirubina (prodotto di disfacimento dell'emoglobina) viene trasformata nel fegato per poter poi essere eliminata. Un disturbo di questo processo porta all'itterizia. Infine il fegato sintetizza l'urina, che viene eliminata dai reni.
Questa è una rapida panoramica delle più importanti funzioni del fegato. Cominciamo la nostra trasposizione simbolica dell'ultimo punto citato, la disintossicazione. La capacità del fegato di disintossicare presuppone la capacità di distinguere e valutare, perché chi non sa distinguere tra ciò che avvelena e ciò che non avvelena non può disintossicare. Disturbi e malattie del fegato rimandano quindi a problemi nel campo della valutazione e della distinzione, indicano l'incapacità di distinguere ciò che è utile da ciò che è dannoso (nutrimento o veleno?)". Finché funziona la capacità di valutare ciò che è tollerabile e digeribile, non si arriva mai al troppo. Il fegato si ammala sempre per qualcosa che è troppo: troppo grasso, troppo cibo, troppo alcool, troppe spezie eccetera. Un fegato malato mostra che l'uomo ingerisce più di quanto possa elaborare, indica smoderatezza, eccessivi desideri espansionistici e ideali troppo alti.
Il fegato fornisce energia. Il malato di fegato perde proprio questa energia e questa forza vitale: perde la sua potenza, perde la voglia di mangiare e di bere. Perde la voglia di fare tutto ciò che ha a che fare con manifestazioni del fegato - e così il sintomo corregge e compensa già il suo problema, che è l'eccesso. È la reazione fisica alla propria smoderatezza. Dato che non vengono più formati i fattori di coagulazione del sangue, il sangue diviene troppo fluido e così al paziente scorre letteralmente via il sangue, la linfa di vita. Nella sua malattia il paziente impara la moderazione, la

tranquillità, la rinuncia (al sesso, al cibo, al bere) - e nel caso delle epatiti questo processo diventa evidentissimo.

Il fegato ha anche un rapporto simbolico molto forte con filosofia e religione, che cercheremo di mettere in evidenza. Ricordiamo la sintesi dell'albumina, che è la base della vita ed è costituita dagli aminoacidi. Il fegato costruisce con l'albumina animale e vegetale, assunta col cibo, l'albumina umana, modificando l'ordinamento degli aminoacidi (modello). In altre parole: con gli stessi mattoni (aminoacidi) il fegato trasforma la struttura primaria e fa un salto di qualità, un salto evolutivo che dal regno vegetale e animale lo porta a quello umano. Nonostante questa evoluzione, l'identità delle componenti di base rimane inalterata. La sintesi delle proteine è una copia perfetta a livello di microcosmo di ciò che nel macrocosmo chiamiamo evoluzione. Modificando e trasformando il modello qualitativo, da componenti sempre uguali viene creata l'infinita varietà delle forme.
È evidente il rapporto con la religione, nel suo significato letterale di " legare di nuovo ". La religione cerca di ristabilire il rapporto con l'origine, col punto di partenza, con l'UnoTutto, e lo trova perché la molteplicità che ci separa dall'unità non è che un'illusione (Maja) e si manifesta soltanto attraverso il gioco dei diversi modelli, i quali però hanno identiche componenti. Per questo la via del ritorno può essere trovata soltanto da chi sa vedere l'illusione delle diverse forme. L'uno e la molteplicità - è questo lo spazio operativo del fegato.

Malattie epatiche
Il malato di fegato dovrebbe porsi le seguenti domande:
1. In quali campi ho perduto la capacità di valutare correttamente?
2. Dove non sono più capace di distinguere tra quello che riesco a tollerare e quello che per me è " velenoso "?
3. Dove faccio degli eccessi, dove mi espando in maniera esagerata?
4. Mi preoccupo della mia " religione ", del mio rapporto con l'origine, oppure la molteplicità mi impedisce di vedere l'unità? Nella mia vita le considerazioni religiose e filosofiche hanno forse un ruolo troppo modesto?
5. Manco di fiducia?
5.

Cistifellea
La cistifellea raccoglie la bile prodotta dal fegato. Però la bile non riesce a trovare la sua strada se i condotti biliari sono ostruiti, come capita sovente a causa dei calcoli alla cistifellea. Che il liquido biliare equivalga ad aggressività, lo sappiamo dal linguaggio corrente. Diciamo infatti: Quello sputa veleno e bile. Colpisce il fatto che i calcoli biliari siano frequenti nelle donne, mentre gli uomini presentano più spesso calcoli renali. Inoltre i calcoli biliari sono molto più frequenti nelle donne sposate con figli che in quelle non sposate. Queste osservazioni statistiche possono facilitare un poco la nostra interpretazione. L'energia vuole scorrere. Se il corso dell'energia viene impedito, si arriva ad un accumulo di energia. Se questo accumulo non riesce a scaricarsi, l'energia tende a consolidarsi. La formazione di calcoli nel corpo è sempre espressione di energia repressa: i calcoli biliari sono aggressività pietrificate. Energia e aggressività sono concetti quasi identici. Sia ben chiaro che parole come, per esempio, aggressività^ non hanno in questo contesto alcun significato negativo - noi abbiamo bisogno di aggressività come abbiamo bisogno dei denti o della bile!

Sorprende quindi ben poco di trovare tanti casi di calcoli biliari nelle donne sposate. Queste donne vivono la propria famiglia come una struttura che sembra loro impedire di lasciar scorrere la propria energia e la propria aggressività come pare a loro. Le situazioni familiari vengono vissute come costrizioni da cui non si ha il coraggio di liberarsi - per cui le energie si bloccano e si pietrificano. Le coliche inducono il paziente a fare tutto quello che non ha il coraggio di fare: i movimenti violenti e le grida dovuti al dolore delle coliche rimettono di nuovo in moto l'energia. La malattia rende onesti!

Anoressia nervosa

Chiudiamo il nostro capitolo sulla digestione con una classica malattia psicosomatica, che trae il proprio fascino da una mescolanza di pericolosità e originalità: l'anoressia nervosa, che

porta alla tomba il venti per cento di tutti i pazienti! Nell'anoressia l'ironia e lo spirito che sono per altro presenti in tutte le malattie si manifestano con particolare chiarezza: una persona rifiuta di mangiare perché non ne ha voglia e muore senza neppure avere la sensazione di essere ammalata. Una cosa grandiosa! I parenti e i medici curanti di questi pazienti vivono però momenti molto difficili. Cercano in tutti i modi di convincere il malato dei vantaggi del mangiare e della vita, e arrivano per amore del prossimo a costringere il paziente a subire l'alimentazione artificiale che viene fatta in ospedale. (Chi non sa vedere il lato comico di queste situazioni, è un cattivo spettatore del grande teatro del mondo!).

L'anoressia ricorre quasi esclusivamente nelle donne. È una tipica malattia femminile. Le pazienti, spesso in età puberale, si abituano gradualmente a non mangiare: rifiutano di prendere qualunque cibo, fatto che - in parte consciamente e in parte inconsciamente - è legato al desiderio di dimagrire. Il rifiuto di mangiare a volte non manca di trasformarsi nell'esatto contrario: quando queste persone sono sole e non vengono viste da nessuno, ingoiano enormi quantità di cibo. Vuotano di notte il frigorifero e mangiano tutto quello che riescono a trovare. Però non vogliono trattenere quello che mangiano e fanno in modo di vomitare tutto. Inventano tutti i trucchi possibili per imbrogliare chi sta loro vicino circa le loro abitudini alimentari. In genere è difficilissimo farsi un'idea precisa di quello che queste pazienti mangiano e non mangiano, e sapere quando la loro fame è soddisfatta e quando non lo è. Quando mangiano, queste pazienti prediligono cose che quasi non meritano l'appellativo di " cibo ": limoni, mele verdi, insalata amara, ovvero cose che hanno pochissimo valore alimentare e pochissime calorie. Inoltre queste persone fanno uso in genere anche di lassativi, in modo da liberarsi al più presto del pochissimo che mandano giù. Hanno per di più anche un gran bisogno di movimento: fanno lunghe passeggiate, che stupiscono in chi non mangia quasi nulla. Colpisce anche il grande altruismo di queste persone, che arriva a volte addirittura a mettersi a disposizione degli altri per la cucina: fanno da Cangiare con cura e attenzione. Cucinare per gli altri, servirli e guardarli mangiare - tutto questo va benissimo finché non sono costretti loro stessi a mangiare. Per il resto hanno un

gran bisogno di solitudine e amano ritirarsi in luoghi appartati. Spesso le ammalate di anoressia non presentano più le mestruazioni e quasi sempre hanno problemi e disturbi in questo campo.

Se consideriamo questo quadro sintomatico, ci rendiamo conto di trovarci di fronte a un ideale ascetico portato all'estremo. Sullo sfondo c'è il vecchio conflitto tra spirito e materia, tra alto e basso, tra purezza e istinto. Il cibo nutre il corpo e nutre quindi il regno delle forme. Il rifiuto del malato di anoressia di mangiare è un no alla fisicità e a

tutte le esigenze del corpo. Il vero e proprio ideale di queste persone va ben al di là del campo del mangiare: è la purezza e la spiritualizzazione. Si vorrebbe eliminare tutto ciò che è pensante e corporeo. Si vorrebbe sfuggire alla sessualità e all'istintuali tà. Lo scopo vero è l'astinenza sessuale e l'asessualità. Per questo è necessario restare magri, altrimenti nel corpo si formano delle rotondità che rivelano la paziente per quello che è: una donna. E donna non vuole essere.
Si ha paura non soltanto delle forme rotonde e femminili: un ventre pieno ricorda anche la possibilità di restare incinta. La resistenza contro la propria femminilità e la sessualità si manifesta anche nella mancanza delle mestruazioni. Il massimo ideale del malato di anoressia è la smaterializzazione. Via da tutto quello che ha a che fare con questo misero corpo. Per altro queste persone non si considerano ammalate e non hanno quindi alcuna comprensione per le terapie che sono utili soltanto al corpo, al quale loro desiderano sfuggire. Così diventano abilissime nell'occultare il cibo che viene loro portato, rifiutano ogni aiuto e vanno avanti imperterrite nell'ideale di spiritualizzazione di ogni aspetto corporeo. La morte non viene avvertita come qualcosa di minaccioso - infatti è ciò che vive che le spaventa. Hanno paura di tutto quello che è rotondo, amorfo, femminile, fertile, istintuale e sessuale - hanno paura della vicinanza e del calore. Per questo queste ammalate non vogliono partecipare al pasto comune. Sedere in cerchio e mangiare insieme è un rituale antichissimo che si ritrova in tutte le civiltà, è qualcosa che produce vicinanza e calore. Ma proprio questa vicinanza e questo calore sono le cose che piò incutono spavento a chi soffre di anoressia.
Tuttavia i temi così attentamente evitati a livello consape

vole aspettano con ansia di trovare una realizzazione. Le malate di anoressia possiedono una fame enorme di tutto ciò che è vita e per paura di venire travolte da questa fame cercano disperatamente di occultarla coi sintomi della malattia. Però di tanto in tanto questa fame combattuta e repressa le assale: arrivano così a mangiare di nascosto, il che porta a un senso di colpa e al vomito. Così la malata non trova la via di mezzo tra istinto e ascesi, tra fame e rinuncia, tra egocentrismo e dedizione. Dietro al comportamento altruistico troviamo sempre un esagerato egocentrismo, che trattando queste pazienti si nota con facilità. Chi rifiuta il cibo, si trova improvvisamente ad avere in mano un incredibile potere sugli altri, che credono di dover disperatamente costringere la persona a mangiare per sopravvivere. È con un trucco di questo genere che i bambini piccoli hanno in pugno tutta la famiglia.
Non si può aiutare i malati di anoressia costringendoli a mangiare: la cosa migliore da fare è aiutarli a diventare sinceri nei confronti di se stessi. La paziente (perché in genere di donne si tratta, come abbiamo già accennato) deve imparare a scoprire la propria fame di amore e di sesso, il proprio egocentrismo e la propria femminilità, e deve accettare tutto questo. Deve capire che tutto ciò che è umano non deve essere combattuto e represso, ma integrato, vissuto e quindi trasmutato. Da questo punto di vista molte altre persone possono fruire insegnamenti dalla sintomatologia dell'anoressia. Non sono soltanto i malati di anoressia a tendere alla repressione della propria fisicità per condurre una vita pura e spiritualizzata. Queste persone dimenticano che l'ascesi spesso getta un'ombra - e quest'ombra si chiama: bramosia.

5. Gli organi dei sensi

Gli organi dei sensi sono le porte di ingresso delle percezioni. Attraverso gli organi dei sensi noi ci colleghiamo col mondo esteriore. Essi sono le finestre della nostra anima, quelle finestre attraverso le

quali guardiamo - per vedere alla fine soltanto noi stessi. Perché questo mondo esteriore che noi sperimentiamo attraverso i sensi e della cui realtà siamo così fermamente convinti, in realtà non esiste.
Cerchiamo di capire poco per volta questa affermazione che sembra pazzesca. Come funziona la nostra percezione? Ogni atto della percezione sensoriale è riducibile a un'informazione che avviene attraverso la modificazione di vibrazioni di particelle. Consideriamo per esempio una spranga di ferro e vediamo il suo colore nero, sentiamo il freddo del metallo, avvertiamo un odore caratteristico, sentiamo la sua durezza. Ora surriscaldiamo con la fiamma questa spranga di ferro - e vediamo che il suo colore si altera e comincia a diventare r°sso, sentiamo il calore che da esso emana, ci rendiamo conto di una certa duttilità. Che cosa è successo? Abbiamo sem

plicemente fornito energia alla spranga di ferro, fatto che ha come conseguenza un aumento della velocità di movimento delle particelle. Questa aumentata velocità ha portato a percezioni alterate, che noi descriviamo come " rosso ", " caldo ", " pieghevole ", eccetera.
Da questo esempio vediamo chiaramente che la nostra percezione si basa sulla vibrazione delle particelle e sulla modificazione della loro frequenza. Le particelle giungono a specifici ricettori dei nostri organi sensoriali e producono lì uno stimolo che attraverso impulsi chimicoelettrici viene condotto grazie al sistema nervoso al nostro cervello e produce li un quadro complesso che noi definiamo " rosso ", " caldo ", " profumato ", eccetera. Le particelle entrano - esce un complesso modello percettivo: tra questi due elementi troviamo la rielaborazione. Crediamo cioè che le immagini complesse che la nostra coscienza elabora dalle informazioni fornite dalle particelle esistano davvero al di fuori di noi! Qui è il nostro errore! Fuori ci sono soltanto particelle - ma quelle non le abbiamo percepite mai. È vero che la nostra percezione si basa su particelle - però noi non riusciamo a percepirle. In realtà noi siamo circondati soltanto dalle nostre immagini soggettive. Noi crediamo che altre persone percepiscano la stessa cosa nel caso che usino le nostre stesse parole per la percezione - e tuttavia due persone non potranno mai stabilire con certezza se vedono la stessa cosa quando parlano di qualcosa di " verde ". Noi siamo sempre totalmente soli con le nostre immagini personali - e tuttavia facciamo tutto il possibile per non essere confrontati con questa verità.
Le immagini ci sembrano reali, proprio come in sogno - ma i sogni sono veri fintanto che si sogna. Un giorno ci si sveglia dal sogno che sogniamo giorno dopo giorno e ci stupiamo nel constatare come quel mondo che avevamo ritenuto vero è svanito nel nulla - maja, illusione, velo, soltanto questo: un velo che ci impedisce di vedere la realtà vera e autentica. Chi ha seguito la nostra argomentazione potrà obiettare che magari non esiste il mondo esteriore così come noi lo percepiamo, ma che però esiste un mondo esteriore fatto di particelle. Ma anche questo è sbagliato. Infatti sul piano delle particelle il confine tra Io e nonIo, tra dentro e fuori, non è più percepibile. Non è possibile distinguere se

una particella appartiene ancora a me o già al mondo esteriore. Qui non ci sono confini. Qui tutto è uno.
Proprio questo vuol significare l'antico insegnamento esoterico di " microcosmo = macrocosmo ". Questo " uguale " ha qui una precisazione

matematica. L'Io (Ego) è illusione che esiste soltanto nella coscienza come confine artificiale - fintanto che l'uomo impara a sacrificare questo Io per rendersi conto con sorpresa che la solitudine in realtà è un essere " uno col tutto "¦ Tuttavia la via che porta a questa unità è lunga e diffìcile. Siamo legati dai nostri cinque sensi a questo mondo apparente della materia - così come Gesù fu inchiodato da cinque ferite alla croce del mondo materiale. Questa croce può essere superata soltanto caricandosela sulle spalle e rendendola veicolo della " rinascita nello spirito ".
Abbiamo detto all'inizio di questo capitolo che gli organi dei sensi sono le finestre della nostra anima, quelle attraverso le quali noi osserviamo noi stessi. Ciò che chiamiamo mondo esteriore o mondo circostante non è altro che lo specchio della nostra anima. Uno specchio ci consente di vedere noi stessi e di conoscerci meglio, in quanto ci mostra anche nostri lati e aspetti che senza lo specchio non potremmo affatto vedere. Così il nostro " mondo circostante " è l'aiuto più grandioso sulla via dell'autoconoscenza. Dato che guardare in questo specchio non è sempre cosa piacevole, in quanto rende visibile anche la nostra ombra, noi teniamo molto a precisare che ciò che è fuori non fa parte di noi e che noi " in questo caso non abbiamo niente a che spartire con esso ". Solo questo è il pericolo per noi. Noi proiettiamo verso l'esterno il nostro modo di essere e poi crediamo all'autonomia della nostra proiezione. Poi trascuriamo di recuperare la proiezione - e così comincia l'epoca del lavoro sociale, in cui ognuno aiuta l'altro e nessuno aiuta se stesso. Per proseguire sulla nostra strada noi abbiamo bisogno di prendere coscienza dell'effetto specchio proiettato verso l'esterno. Non dobbiamo però dimenticare di riportare dentro di noi le proiezioni, se veramente vogliamo diventare sani. La mitologia ebraica racconta questa situazione nell'immagine della creazione della donna. Ad Adamo, che è una creatura perfetta, androgina, viene tolto un lato 'Lutero traduce " costola ") e questo lato viene configurato in qualcosa di formalmente autonomo. In questo modo ad Adamo tflanca una metà, che nella proiezione gli appare come qualcosa di

opposto. Egli è così diventato carente, e può ridiventare sane soltanto se si riunisce con quello che gli manca. Questo peri può avvenire solo per vie esteriori. Se l'uomo trascura di integrare gradualmente nella propria vita ciò che percepisce dall'esterno, cedendo all'illusione di credere che quello che è fuori non ha niente a che fare con lui, allora il destino comincia lentamente a impedire la percezione.
Percezione in realtà significa: prendere coscienza della verità. E questo può avvenire soltanto se in tutto ciò che si percepisce si riconosce se stessi. Se l'uomo dimentica questo, le finestre della nostra anima - gli organi dei sensi - diventano poco per volta scure e opache, costringendo l'uomo a dirigere definitivamente la propria percezione verso l'interno. Se gli organi dei sensi non funzionano più come dovrebbero, l'uomo impara a guardare verso l'interno, ad ascoltare verso l'interno, ad ascoltare soltanto se stesso. L'uomo viene costretto a concentrarsi tutto su se stesso.
Esistono tecniche di meditazione che inducono volontariamente a compiere questo cammino verso se stessi: il meditante chiude con le dita delle due mani le porte dei propri sensi, le orecchie, gli occhi e la bocca, e medita sulla corrispondente percezione sensoriale interiore, che dopo un certo esercizio si manifesta come gusto, colore e suono.
Gli occhi
Gli occhi non fanno passare soltanto le impressioni, le proiettano anche verso l'esterno: in essi si leggono i sentimenti e gli stati d'animo dell'uomo. Per questo si

studia lo sguardo dell'altro e si cerca di penetrare a fondo nei suoi occhi, di leggere nei suoi occhi. Gli occhi sono lo specchio dell'anima. Sono sempre gli occhi che scoppiano in lacrime e manifestano quindi esteriormente una situazione psicologica. La diagnosi iridologica utilizza l'occhio come specchio del corpo, però allo stesso modo è possibile vedere nell'occhio il carattere e la struttura della personalità di un individuo. Anche il cosìddetto malocchio indica che l'occhio non è soltanto un organo che incamera, ma è anche un organo che proietta fuori qualcosa di interiore. L'occhio ricorre in molte espressioni popolari: valga per tutti L'amore rende ciechi, che sta a in

dicare che chi è innamorato non riesce più" a vedere chiaramente la realtà.
I disturbi più frequenti degli occhi sono la miopia e la presbiopia; la prima si manifesta soprattutto nella gioventù, mentre la seconda è un disturbo dell'età avanzata. Il che è molto appropriato, in quanto i giovani vedono spesso soltanto quello che sta loro intorno e mancano di una visione più ampia. L'età matura e avanzata possiede più distanza dalle cose. Analogamente la memoria degli anziani tende a dimenticare i fatti vicini nel tempo, mentre ricorda con precisione stupefacente le cose lontane.
La miopia mostra un'accentuata soggettività. Il miope osserva tutto attraverso i propri occhiali e in ogni circostanza si sente personalmente coinvolto. Vede solo fino alla propria punta del naso - e tuttavia questa visione limitata non lo porta a conoscere neppure se stesso. E questo è il problema, perché l'uomo dovrebbe riferire a se stesso quello che vede, per imparare a conoscersi meglio. Tuttavia questo processo subisce un pervertimento e si trasforma nell'esatto contrario se si limita alla soggettività. In termini concreti questo significa che la persona riferisce tutto a se stessa, però si rifiuta di vedere e riconoscere se stessa. In questo caso la soggettività porta soltanto a permalosità e suscettibilità o ad altre reazioni del genere, senza che la proiezione abbia alcuna utilità.
La miopia manifesta questo malinteso. Costringe la persona a considerare più da vicino ciò che la circonda. Se qualcuno non vede, o vede male, la domanda chiarificatrice è la seguente: " Che cosa non vuole vedere? ". E la risposta è sempre: " Se stesso ".
Quanto sia forte il rifiuto a vedere se stessi così come S1 è, può essere facilmente valutato dal numero delle diottrie degli occhiali. Gli occhiali sono una protesi, e quindi un inganno. Con gli occhiali si corregge artificialmente il destino e S1 fa come se tutto fosse in ordine. Questo inganno diviene ancora più grande se si usano le lenti a contatto, che occultano ancor meglio il " non poter vedere bene ". Immaginiam° di portar via durante la notte a tutte le persone i loro occhiali e le loro lenti a contatto. Che cosa accadrebbe? La vita diventerebbe di colpo molto più sincera. Si potrebbe capir subito come la gente vede se stessa e il mondo e - co

sa molto più importante - gli interessati si renderebbero conto della propria incapacità di vedere le cose così come sono. Una limitazione fisica serve solo se la si vive veramente. In questo caso qualcuno potrebbe rendersi conto di quanto " poco chiara " sia la sua visione del

mondo, di quanto " offuscato " veda tutto quanto e quanto sia limitata la sua visuale. Forse allora cadrebbe un velo dagli occhi e queste persone comincerebbero a veder meglio le cose.
Il vecchio, grazie alla sua esperienza di vita, dovrebbe aver sviluppato saggezza e larghe vedute. Molti però realizzano questa larghezza di vedute solo sul piano corporeo, sotto forma di presbiopia. Il daltonismo indica la cecità per la molteplicità e gli aspetti variopinti della vita - ne sono colpite persone che vedono tutto grigio su grigio e che livellano volentieri le differenze: in una parola, persone incolori.
La congiuntivite, come ogni altra malattia infiammatoria, indica un conflitto. La congiuntivite procura dolori agli occhi, che si attenuano soltanto chiudendo gli occhi. Allo stesso modo si chiudono gli occhi davanti a un conflitto, perché non lo si vuole guardare negli occhi.
Strabismo: guardando abbiamo bisogno di due immagini per poter vedere una cosa in tutta la sua dimensionalità. Chi non riconosce in questa situazione tutta la legge di polarità? Abbiamo bisogno sempre di due visuali per poter captare la totalità. Se però gli assi ottici non sono coordinati, si è strabici, ovvero entrambi gli occhi vedono un'immagine doppia. Però, prima che noi vediamo due immagini divergenti, il cervello decide di filtrare una delle due immagini (quella dell'occhio strabico). In realtà si diventa persone che vedono da un occhio solo, in quanto l'immagine del secondo occhio non viene fatta passare. Si vede tutto piatto e si perde così la dimensionalità.
Lo stesso avviene con la polarità. Anche qui l'uomo deve poter vedere i due poli come un'unica immagine (per esempio onda e corpuscolo - libertà e determinismo - bene e male).
Se non ci riesce e le due immagini restano separate, reprime quello che vede e diviene uno che vede da un occhio solo. La persona strabica in realtà vede da un occhio solo, perché l'immagine del secondo occhio viene repressa, fatto che

porta alla perdita della dimensionalità e quindi a una visione unilatera^e del mondo.
Cateratte: la cornea diviene opaca e quindi anche lo sguardo. Non si vedono più nitidamente le cose. Finché si vedono le cose nitide, se ne sperimenta anche la pericolosità. Se invece la visione diviene poco chiara, il mondo perde la capacità di ferire. Non vedere chiaramente corrisponde a prendere le distanze dal mondo circostante, fatto molto tranquillizzante - e quindi prendere le distanze anche da se stessi. Il glaucoma è come una persiana che si chiude per non essere costretti a vedere quello che non si vuole vedere. Il glaucoma si colloca sugli occhi come una squama - e può portare anche alla cecità.
La forma estrema di non voler vedere è la cecità totale, che viene vissuta dalla maggior parte delle persone come la perdita più dura in campo fisico. Il termine " cieco " viene utilizzato anche in senso figurato: al cieco viene sottratta definitivamente la proiezione esterna, fatto che costringe a guardare verso l'interno. La cecità corporea è soltanto l'ultima manifestazione della cecità vera e propria, cioè della cecità della coscienza.
Alcuni anni fa negli Stati Uniti, grazie a una nuova tecnica operatoria fu restituita la vista a un certo numero di giovani ciechi. Il risultato non fu affatto di gioia e felicità, anzi la maggior parte degli operati non riusci ad adattarsi a quel cambiamento e non trovò un sistema di vita soddisfacente. Si può certamente analizzare questa esperienza dai più diversi punti di vista, cercando di interpretarla. Per il nostro modo di considerare è importante rendersi conto che con misure funzionali si possono modificare le funzioni, ma non accantonare i problemi che si manifestano attraverso i sintomi. Soltanto se abbandoniamo l'idea che

ogni tipo di limitazione sia una sgradevole turbativa da eliminare o compensare nel modo più rapido e indolore possibile, potremo trarre giovamento dalla turbativa stessa. Noi dobbiamo prima consentire alla turbativa di distoglierci dal nostro abituale modo di vivere, dobbiamo consentire al disturbo di limitarci a dovere e di impedirci di vivere come siamo abituati a fare. Allora la malattia sarà veramente una maestra e ci condurrà alla guarigione. E, per esempio, anche la cecità ci insegnerà veramente a vedere e ci innalzerà interiormente.

Le orecchie

Prestiamo attenzione prima di tutto ad alcuni modi di dire e formulazioni in cui viene utilizzata l'immagine dell'orecchio o dell'udito: Tenere le orecchie aperte - prestare orecchio a qualcuno o a qualcosa - ascoltare qualcuno. Tutte queste formulazioni ci mostrano il chiaro rapporto delle orecchie col tema del lasciar passare, del mettersi in atteggiamento passivo e ubbidiente. Confrontata con l'udito, la vista è un modo molto più attivo di percezione. È anche più facile distogliere lo sguardo o chiudere gli occhi che tapparsi le orecchie. La capacità di sentire è espressione fisica dell'ubbidienza e della sottomissione. A un bambino che non ubbidisce può per esempio capitarci di chiedere: Non senti bene? Chi non sente bene, non vuole ubbidire. Queste persone fingono di non sentire quello che in realtà non vogliono sentire. C'è un certo egocentrismo nel non prestare più orecchio all'altro, nel non lasciare più entrare nulla. Manca la modestia e la disponibilità ad ubbidire. Lo stesso vale per la cosìddetta sordità da rumori. Non è il volume alto a danneggiare, ma la resistenza psichica contro il rumore, è il " non voler lasciar passare " che porta al " non poter lasciar passare ". Si è notato che i disturbi più frequenti dell'orecchio si presentano nei bambini nell: età in cui debbono imparare ad ubbidire.

La maggior parte delle persone anziane soffre di durezza di udito. La sordità senile, al pari della vista cattiva, della rigidità muscolare e della difficoltà di movimento rientra nel quadro dei sintomi somatici della vecchiaia, che sono tutti espressione della tendenza dell'uomo a diventare con l'età sempre più rigido e inflessibile. L'uomo anziano perde in genere la capacità di adattamento e la flessibilità, ed è sempre meno disponibile a ubbidire. L'evoluzione qui indicata è tipica dell'età senile, ma non necessaria. L'età esaspera i problemi non ancora risolti e rende onesti al pari della malattia.

Capita a volte che si verifichi un crollo improvviso dell'udito, in genere unilaterale, che può arrivare fino alla sordità; in seguito è possibile che perda l'udito anche il secondo orecchio. Per poter interpretare bene questo sintomo occorre considerare bene la situazione di vita della persona colpita da questo disturbo. Il crollo improvviso dell'udito è una esortazione a prestare orecchio alla voce interiore, ad ascoltarsi den

tr0. Soltanto chi già da lungo tempo è sordo per la propria voce interiore diventa sordo davvero.

Malattie degli occhi

Chi ha problemi con gli occhi e con la vista, dovrebbe per prima cosa rinunciare per un giorno ai suoi occhiali o alle sue lenti a contatto e vivere consapevolmente la situazione di vita chiara e onesta che si è venuta a creare. Dopo questa giornata preparate un protocollo in cui descrivete diligentemente e sinceramente il modo in cui avete visto e vissuto il mondo, quello che avete e non avete potuto fare, gli impedimenti che avete avuto e come ve la siete cavata con l'ambiente circostante. Un simile protocollo dovrebbe fornire materiale a

sufficienza per imparare a conoscere meglio il proprio modo di vedere il mondo e se stessi. Ponetevi poi anche queste domande:
1. Che cosa non voglio vedere?
2. La mia soggettività mi impedisce di conoscere me stesso?
3. Evito di riconoscere me stesso nei fatti che mi capitano?
4. Ho paura di vedere le cose nella loro realtà?
5. Mi servo della vista per capir meglio le cose?
6. Posso sopportare di vedere le cose come realmente sono?
7. Da quale aspetto del mio essere distolgo volentieri lo sguardo?

Malattie delle orecchie

Chi ha problemi con le orecchie o con l'udito, farebbe bene a porsi queste domande:
ì. Perché non sono disponibile a prestare orecchio a qualcuno?
2 A chi o a che cosa non voglio ubbidire?
3 I due poli egocentrismo e modestia sono in equilibrio in me?

6. Il mal di testa

Il mal di testa è noto soltanto da alcuni secoli, nelle epoche precedenti non era affatto conosciuto. È soprattutto nei paesi altamente civilizzati che il mal di testa è aumentato: il venti per cento dei " sani " afferma di soffrire di mal di testa. La statistica dice che le donne sono colpite più di frequente degli uomini e che i " ceti più alti " sono colpiti da questo sintomo più degli altri. Tutto questo stupisce poco: basta considerare il simbolismo del mal di testa. La testa possiede una polarità molto chiara col corpo. È la massima istanza della nostra struttura corporea. Con la testa pensiamo e decidiamo. La testa rappresenta l'alto, e il corpo esprime il basso.
Noi consideriamo la testa come il luogo in cui sono localizzati intelligenza, ragione e pensiero. Chi agisce sconsideratamente, agisce senza testa. Sentimenti irrazionali come l'amore minacciano naturalmente soprattutto la testa - anzi la maggior parte delle persone addirittura la perde... (se questo non accade, la testa fa molto male!). Ci sono però dei testoni che

non corrono mai il rischio di perdere la testa, neppure quando la sbattono contro il muro. Queste poche espressioni danno un'idea di quanto sia importante la testa per la vita intellettiva dell'uomo.
Il mal di testa dovuto a tensione è un tipo di dolore diffuso che comincia in fase subacuta, di carattere compressivo, che può durare ore, giorni e settimane. Il dolore nasce probabilmente da una tensione troppo grande dei vasi sanguigni. In genere in questi casi si riscontra contemporaneamente una forte tensione della muscolatura della testa e anche dei muscoli nella zona delle spalle, del dorso e della colonna vertebrale (parte alta). Sovente il mal di testa qui descritto si presenta in situazioni di vita in cui l'uomo è sotto forte pressione o in situazioni critiche di ascesa, che minacciano di richiedere troppo da lui.
È la " via verso l'alto ", che facilmente porta a un sovraccarico del polo superiore, la testa. Dietro al mal di testa troviamo spesso una persona fornita di grande orgoglio e mania di perfezione, che cerca di imporre la propria volontà {sbattere la testa contro le pareti e

spezzarle); È facile che in situazioni come queste l'orgoglio e il desiderio di potere diano alla testa, perché chr accentra troppo l'attenzione nella zona della testa, chi accetta e vive soltanto ciò che è razionale, ragionevole e logico, perde ben presto il suo " rapporto col polo inferiore " e quindi con le proprie radici, le uniche in grado di tenerlo ben saldo nella vita. Tuttavia le esigenze del corpo e le sue funzioni per lo più inconsce sono molto più antiche delle capacità del pensiero ragionevole, che rappresenta una conquista successiva dell'uomo dovuta all'evoluzione della corteccia cerebrale.
L'uomo possiede due centri: cuore e cervello - sentimento e pensiero. L'uomo del nostro tempo e della nostra civiltà ha sviluppato in misura particolare le forze cerebrali ed è quindi in costante pericolo di trascurare il suo secondo centro, il cuore. Non è però il caso di demonizzare il pensiero, la ragione e la testa: non è questa la soluzione. Nessuno dei due centri è migliore o peggiore. L'uomo non deve scegliere tra l'uno e l'altro - deve restare in equilibrio.
Chi soffre di crampi al ventre è malato al pari di chi soffre di mal di testa. Però la nostra civiltà ha sviluppato tan

t0 il polo superiore che in genere abbiamo delle deficienze a quello inferiore.
A questa situazione si aggiunge il problema dello scopo della nostra attività intellettiva. Nella maggioranza dei casi usiamo le nostre funzioni razionali di pensiero per affermare il nostro Io. Attraverso il modello di pensiero causale cerchiamo di garantirci sempre meglio nei confronti del destino, al fine di edificare il dominio del nostro Io. Questa impresa però è sempre destinata al fallimento. Come nel caso della torre di Babele, nel migliore dei casi porta a una gran confusione. La testa non deve rendersi autonoma e cercare di andare avanti senza il corpo e senza il cuore. Se il pensiero taglia i legami col basso, perde le radici. Il pensiero funzionale della scienza è per esempio un pensiero privo di radici - gli manca il rapporto col motivo primo - la religio. L'uomo che segue soltanto la propria testa sale ad altezze vertiginose senza alcun ancoraggio verso il basso: nessuna meraviglia quindi che perda la testa. La testa suona il campanello d'allarme.
Fra tutti gli organi, la testa è quello che reagisce più rapidamente attraverso il dolore. In tutti gli altri organi devono verificarsi profonde modificazioni prima che insorga il dolore. La testa è il nostro segnale più sensibile. Il suo dolore mostra che il nostro pensiero è sbagliato, che impostiamo i nostri ragionamenti in modo sbagliato, che perseguiamo mete discutibili. Fa capire che ci rompiamo la testa con complicazioni inutili cercando sicurezze che non esistono. Nell'ambito della propria esistenza materiale l'uomo non può garantirsi nulla - e ad ogni nuovo tentativo si rende soltanto ridicolo.
L'uomo si rompe la testa per lo più per cose assolutamente inutili. La tensione si risolve unicamente con la distensione, ma si tratta soltanto di un altro modo di dire cedere. Quando la testa dà l'allarme attraverso il mal di testa, è tempo di abbandonare il paraocchi dell'" Io voglio ", dell'orgoglio che induce a guardare sempre verso l'alto, della testardaggine e dell'ostinazione. È tempo di rivolgere lo sguardo verso il basso e di considerare le proprie radici. Coloro che per anni fanno uso di pasticche per reprimere questo campanello d'allarme, mettono a rischio la propria salute fisica e psichica.

L'emicrania

L'emicrania è un mal di testa che si presenta in genere in modo aggressivo, per lo pili in una sola metà del capo, accompagnato talora da disturbi della vista (sensibilità alla luce, difficoltà a tenere aperti gli occhi), disturbi allo stomaco e all'intestino, come vomito e diarrea. Questo attacco, che in genere dura parecchie ore, è accompagnato da uno stato d'animo depresso ed eccitabile. Nel punto massimo dell'attacco di emicrania c'è il desiderio ardente di essere da soli e di ritirarsi in una stanza buia o a letto.

La parola emicrania deriva dal greco kranion = cranio, teschio, e significa letteralmente avere mezza testa, il che denuncia molto chiaramente l'unilateralità del pensiero di chi soffre di emicrania, perfettamente identica a quella di chi soffre del tipo di mal di testa prima descritto.

Tutto quanto detto precedentemente, conserva la sua validità anche a proposito dell'emicrania, con una modifica essenziale. Mentre il paziente di mal di testa da tensione cerca di separare la propria testa dal corpo, chi soffre di emicrania concentra tutto nella testa e cerca di vivere qui ogni problema, anche e soprattutto il suo problema centrale che è la sessualità. L'emicrania è sempre sessualità sospinta a livello cerebrale. La testa funge da corpo. Questo slittamento risulta abbastanza comprensibile, in quanto la zona genitale e la testa si trovano in rapporto analogico. Sono le due parti del corpo che ospitano gli orifizi naturali del corpo.

Gli orifizi naturali hanno nella sessualità un ruolo predominante (amore = lasciar entrare - e questo a livello fisico può avvenire soltanto dove il corpo può aprirsi!). La mentalità popolare da sempre mette in rapporto la bocca della donna con la sua vagina (per esempio le labbra secche!) e il naso dell'uomo col suo membro virile, e cerca di dedurre dai primi le caratteristiche dei secondi. Anche nel rapporto orale il rapporto e la " intercambiabilità " fra testa e addome diviene evidente. Addome e testa sono polarità e dietro alla loro differenza si cela la loro comunanza - come sopra, così sotto. Quanto spesso la testa funga da sostituto dell'addome lo vediamo chiaramente nel fatto di arrossire. Nelle situazioni penose, che hanno quasi sempre un carattere sessuale più o meno evidente, il sangue ci va alla testa e ci fa diventare rossi

In questo modo avviene in alto quello che dovrebbe avvenire in basso, perché nell'eccitazione sessuale il sangue scorre normalmente verso la zona genitale e gli organi genitali si gonfiano e diventano rossi. Anche nell'impotenza troviamo il medesimo slittamento dal campo genitale alla testa. Più un uomo nel rapporto sessuale ha la testa piena di pensieri, più gli manca la forza nell'addome, con conseguenze catastrofiche. Lo stesso principio spinge le persone sessualmente insoddisfatte a mangiare sempre di più. Molti cercano di saziare attraverso la bocca la loro fame di amore - e non riescono mai a saziarsi completamente. Tutti questi accenni dovrebbero bastare per far capire l'analogia tra addome e testa. Chi soffre di emicrania (e spesso si tratta di donne) ha sempre problemi con la sessualità.

Come abbiamo già fatto notare in altre occasioni, ci sono sostanzialmente due possibilità di affrontare un problema: si può accantonare e reprimere il problema, oppure supercompensarlo a scopo dimostrativo. Si tratta di due metodi molto diversi, che però sono soltanto le due espressioni polari della medesima difficoltà. Quando si ha paura, si può tremare oppure difendersi con tutta la propria forza - entrambe le reazioni sono segno di debolezza. Così anche nei pazienti di emicrania troviamo persone che hanno totalmente bandito la sessualità dalla propria vita (" ...non voglio proprio più saperne "), e anche persone che cercano di evidenziare

il loro " rapporto disinibito con la sessualità ". Comune ad entrambi gli atteggiamenti è il rapporto problematico con la sessualità. Se non si confessa a se stessi questo problema o perché non si ha alcun rapporto col sesso o perché il sesso - come tutti possono vedere - non crea alcun problema, il problema si sposta alla testa e si annuncia sotto forma di emicrania. Qui ora è possibile elaborare il problema a livello superiore. L'attacco di emicrania è un orgasmo vissuto a livello di testa. Il processo è identico, soltanto la zona si trova un po' più in alto. Come nell'eccitazione sessuale il sangue scorre verso la zona genitale e la tensione nel momento culminante si trasforma in distensione, allo stesso modo si comporta l'emicrania: il sangue va alla testa, crea una sensazione di pressione, la tensione si accresce e si trasforma poi in una fase di distensione (dilatazione dei vasi). Tutti gli stimoli possono provocare attacchi di emicrania: luce, calore, tempo, eccitazione eccetera. Una caratteristica dell'emicrania è che il malato dopo un

attacco gode per un certo tempo di una sensazione diffusa di benessere. Nel momento culminante dell'attacco il paziente vorrebbe trovarsi in una stanza buia e a letto - però da solo.
Tutto ciò indica chiaramente la tematica sessuale e anche la paura di trattare questo tema a un livello adeguato con un'altra persona. Già nel 1934 E. Gutheil descrisse in una rivista di psicoanalisi un malato i cui attacchi di emicrania scoppiavano dopo un orgasmo sessuale. A volte questo paziente aveva parecchi altri orgasmi prima che subentrasse la distensione e l'attacco di emicrania finisse.
Va anche considerato che tr9 i sintomi collaterali dell'emicrania si trovano ai primi posti anche disturbi di digestione e stitichezza: sotto si è chiusi. Non si vuol saper niente dei contenuti inconsci (escrementi) e si preferisce ritirarsi in aito nel pensiero consapevole - finché la testa scoppia. Certi coniugi si servono degli attacchi di emicrania (che spesso è soltanto un normale mal di testa) per evitare un rapporto sessuale.
Riassumendo, nelle persone che soffrono di emicrania troviamo un conflitto tra istinto e pensiero, tra sotto e sopra, tra addome e testa, fatto che porta a tentare di utilizzare la testa come campo di battaglia dove risolvere i problemi che possono venire espressi e risolti soltanto a un livello molto diverso (corpo, sesso, aggressività). Già Freud definì il pensiero un esperimento di azione. Il pensiero pare all'uomo meno pericoloso e impegnativo dell'azione. Però il pensiero non deve sostituire l'azione, bensì uno deve portare l'altro. L'uomo, ha un corpo per realizzarsi con l'aiuto di questo strumento. Soltanto attraverso la realizzazione le energie restano in movimento. Si consideri ora quanto segue:
Livelli di escalation dell'energia bloccata:
1. Se l'attività (sesso, aggressività) si blocca nel pensiero, si arriva al mal di testa.
2. Se l'attività si blocca a livello vegetativo, cioè sul piano fisico funzionale, si arriva alla pressione alta e alla sintomatologia della distonia vegetativa.
3. Se l'attività resta bloccata al piano nervoso, si arriva a sintomatologie quali la sclerosi multipla.
4. Se l'attività si ferma al piano muscolare, troviamo problemi a livello di movimento, per esempio reumatismi e gotta

Questa suddivisione corrisponde alle diverse fasi di un'azione vera. Si tratti di un cazzotto o di un rapporto sessuale, tutte le attività cominciano a livello di immaginazione (1), quando l'attività viene preparata nel pensiero. Questo porta alla preparazione vegetativa del corpo (2), sotto forma di maggiore irrorazione sanguigna di certi organi, polso più frequente, eccetera. Infine l'idea si trasforma in azione attraverso le vie nervose (3) e muscolari (4). Ogni volta che l'idea non arriva alla piena realizzazione, l'energia viene bloccata in uno dei quattro livelli (pensiero - sistema vegetativo - nervi - muscoli) e col tempo porta a sintomi patologici corrispondenti.
Chi soffre di emicrania è all'inizio di questa scala - blocca la propria sessualità a livello di immaginazione. Dovrebbe imparare a vedere il problema nella sua realtà per riportare al livello giusto, cioè in basso, ciò che è salito alla testa. L'evoluzione comincia sempre in basso, e la via che porta in alto è sempre lunga e faticosa, se la si vuole percorrere in modo corretto.
Mal di testa
Quando si ha mal di testa o emicrania bisognerebbe porsi queste domande:
1. Per che cosa mi sto rompendo la testa?
2. In me alto e basso sono ancora in contatto nel modo giusto?
3. Cerco troppo freneticamente di salire in alto (ambizione)?
4. Sono un testone e cerco di sfondare con la testa i muri?
5. Cerco di sostituire l'azione col pensiero?
6. Sono onesto nei confronti della mia problematica sessuale?
'. Perché trasporto l'orgasmo in testa?

7. La pelle
La pelle è l'organo più grande dell'uomo. Essa assolve molteplici funzioni, le più importanti delle quali sono le seguenti:
1. Delimitazione e protezione
2. Organi di contatto
3. Organo di espressione e rappresentazione
4. Organo sessuale
5. Respirazione
6. Sudorazione
7. Regolamentazione del calore
Tutte queste molteplici funzioni delle pelle indicano però un tema comune, che sta tra i due poli limitazione e contatto. Noi viviamo la pelle come il nostro limite materiale esterno e contemporaneamente attraverso la pelle siamo in contatto con l'esterno, tocchiamo con essa il mondo circostante. Dentro alla nostra pelle ci mostriamo al mondo - e uscire dalla nostra pelle non ci è possibile. Essa rispecchia il nostro

modo di essere e lo fa in due modi. In primo luogo la pelle è una superficie che riflette tutti gli organi interni. Ogni turbativa di uno degli organi interni viene proiettata sulla pelle e ogni stimolazione di una zona corrispondente della pelle viene condotta verso l'interno, al rispettivo organo. Tutte le terapie delle zone riflesse si basano su questo rapporto: la medicina naturale le conosce da sempre, mentre la medicina ufficiale ne tiene poco conto. Da citare sarebbe soprattutto il massaggio alla pianta del piede, il trattamento del dorso per mezzo di ventose, la terapia delje zone riflesse del naso, l'auricoloterapia e molte altre.
L'esperto vede e controlla sulla pelle lo stato degli organi e li tratta intervenendo nelle zone di proiezione sulla pelle. Quando avviene qualcosa sulla pelle - un arrossamento, un gonfiore, un'infiammazione, un prurito, un ascesso - il punto in cui questo avviene non è casuale, ma indica un processo interiore corrispondente. Un tempo c'erano sistemi perfezionati per cercare di

interpretare per esempio dalle macchie epatiche il carattere della persona. L'illuminismo ha gettato a mare queste " sciocchezze " ritenendole superstizioni - però lentamente ci stiamo riavvicinando alla comprensione di queste cose. È dunque così difficile da capire che dietro a tutto ciò che si è manifestato esiste un modello invisibile, che si limita a manifestarsi a livello fisico? Tutto ciò che è visibile è soltanto un simbolo per ciò che è invisibile, così come un'opera d'arte è l'espressione visibile dell'invisibile idea dell'artista. Da ciò che è visibile possiamo farci un'idea di ciò che è invisibile, e lo facciamo quotidianamente. Entriamo in salotto e da quello che vediamo ci facciamo un'idea del gusto di chi vi abita. La stessa cosa avremmo potuto fare andando a curiosare nell'armadio dei suoi vestiti. È indifferente il posto in cui si guarda: se una persona ha cattivo gusto, ne darà continuamente prova.
Per questo motivo l'informazione si rivela sempre dappertutto. In ogni parte ritroviamo il tutto (pars prò toto, dicevano gli antichi romani). È quindi indifferente considerare una parte del corpo umano invece di un'altra: ovunque si pu° riconoscere lo stesso modello, quello che rappresenta quella determinata persona. Questo modello lo si ritrova nell'occhio (diagnosi iridologica), nell'orecchio (auricoloterapia francese), nel dorso, nei piedi, nei punti dei meridiani (diagnostica dei punti

terminali), in ogni goccia di sangue (test della cristallizzazione, diagnosi olistica del sangue), in ogni cellula (genetica umana), nella mano (chirologia), nel volto e nella struttura corporea (fisiognomica), sulla pelle (il nostro tema!).
Questo libro insegna a conoscere l'uomo attraverso i sintomi patologici. Non importa dove si guarda, se si sa guardare. La verità sta ovunque. Se gli specialisti riuscissero ad abbandonare il tentativo, per altro totalmente infruttuoso, di voler mostrare la causalità del rapporto da loro scoperto, sarebbero di colpo capaci di vedere che tutto sta in rapporto analogico con tutto - come sopra così sotto, come dentro così fuori.
La pelle non mostra soltanto il nostro stato organico interno, ma in lei si rivelano anche tutti i nostri processi e le nostre reazioni psichiche. Una parte di questi si mostra in modo così chiaro che tutti lo possono rilevare: si diviene rossi di vergogna e pallidi di paura, si suda per il terrore o l'agitazione, i capelli si rizzano per l'orrore o ci viene la pelle d'oca. Esternamente invisibile ma misurabile con strumenti elettronici adatti è la conducibilità elettrica della pelle. I primi esperimenti e le prime misurazioni di questo tipo risalgono a C.G. Jung, che con i suoi " esperimenti associativi " indagò questo rapporto. Oggi, grazie all'elettronica moderna, è possibile amplificare e rappresentare le sottili alterazioni costanti della conducibilità elettrica della pelle, in modo da potersi " intrattenere " soltanto con la pelle di una persona, in quanto ogni parola, ogni argomento, ogni domanda trovano da parte della pelle una risposta che si esprime nell'immediata alterazione del fatto elettrico.
Tutto questo ci conferma che la pelle è una grande superficie proiettiva, su cui diventano sempre visibili processi sia somatici che psichici. Se la pelle rivela già tanta parte della nostra interiorità, è ipotizzabile non soltanto di doverla curare con particolare cura, ma anche di poter manipolare il suo aspetto. Questa impresa ingannatoria si chiama cosmesi e molti sono pronti a investire somme rilevanti in questa arte dell'inganno. Non è nostra intenzione inveire contro le arti cosmetiche, vogliamo semplicemente considerare quale intenzione umana si nasconde dietro all'antichissima tradizione di dipingersi il corpo. Se la pelle è

l'espressione esteriore dell'in teriorità, ogni tentativo di modificare artificialmente questa espressione è un atto disonesto. Si finge di avere qualcosa che non

si ha. Si costruisce una facciata finta e la corrispondenza di contenuto e forma va perduta. È la differenza tra " essere bello " e " sembrare bello ", cioè tra essere e sembrare. Questo tentativo di mostrare al mondo una maschera falsa inizia col makeup e finisce in modo grottesco nelle operazioni di bellezza. Ci si fa stirare la pelle - ed è strano come la gente abbia così poca paura di " perdere la faccia "!
Dietro a tutti questi tentativi di diventare un altro, una persona diversa da quella che si è, sta il problema che l'uomo non ha in genere nessuna simpatia per se stesso. Amare se stessi è uno dei compiti più difficili. Chi crede di amarsi, scambia sicuramente " se stesso " col suo piccolo ego. In genere soltanto chi non si conosce affatto crede di volersi bene. Noi non ci piacciamo come globalità, ombra compresa, e quindi tentiamo costantemente di modificare la nostra immagine esteriore e di trasformarla. Resta però " cosmesi " fintanto che non cambia l'uomo interiore, cioè la coscienza. (Così dicendo non vogliamo escludere totalmente la possibilità che con modificazioni formali si possa avviare un processo proiettato verso l'interno, come avviene per esempio con lo Hatha Yoga, la bioenergetica e metodi simili. Questi metodi si distinguono per altro dalla cosmesi per la consapevolezza dello scopo!).
Già al contatto fugace la pelle dell'uomo ci racconta qualcosa della sua psiche. Sotto una pelle molto sensibile si nasconde anche un'anima molto sensibile {avere la pelle sottile), mentre una pelle solida, resistente fa pensare piuttosto a una robusta scorza; la pelle sudaticcia ci mostra l'insicurezza e la paura del nostro interlocutore, la pelle arrossata l'eccitazione. Con la pelle noi ci tocchiamo e veniamo in contatto l'uno con l'altro. Si tratti di un pugno o di una carezza - è sempre la pelle che stabilisce il contatto. La pelle può rompersi per patologia interna (infiammazioni, ascessi, eruzioni) o esterne (ferite, operazioni). In entrambi i casi il nostro confine viene messo in forse. Non sempre si riesce a uscirne con la pelle intatta.

Eruzioni della pelle

Nel caso delle eruzioni qualcosa spezza il confine, qualcosa vuole uscire. L'esempio piti evidente è quello dell'acne

giovanile. Nella pubertà la sessualità esplode nell'uomo, ma per lo più viene repressa. La pubertà è un ottimo esempio per una situazione di conflitto. In una fase di apparente tranquillità irrompe improvvisamente da profondità inconsce qualcosa di nuovo e travolgente, che con la forza cerca di crearsi uno spazio nella coscienza e nella vita di una persona. Tuttavia la cosa nuova che urge è sconosciuta, insolita e incute paura. Si preferirebbe escluderla dal proprio mondo e tornare allo stato abituale. Il che non è più possibile. Non è possibile far si che un movimento non sia avvenuto.
Ci si trova così nel bel mezzo di un conflitto. Lo stimolo del nuovo e la paura del nuovo attirano quasi con la stessa forza. Ogni conflitto osserva questo modello, cambia soltanto il tema. Nella pubertà il tema si chiama sessualità, amore, compagnia. Cresce la nostalgia dell'essere polare, del Tu. Si vorrebbe venire in contatto con ciò che manca, e non si osa farlo. Emergono fantasie sessuali - di cui ci si vergogna. Non

stupisce che questo conflitto divenga visibile sotto forma di irritazioni della pelle: la pelle infatti è il confine dell'Io, che bisogna superare per trovare il Tu. Al tempo stesso la pelle è l'organo con cui si può instaurare questo contatto, toccare l'altro, accarezzarlo. Per essere amati occorre anche piacere all'altro così come si è, nella propria pelle.
Questo tema caldo infiamma la pelle del ragazzo in età puberale e mostra che si vorrebbero far saltare i confini finora osservati e al tempo stesso il tentativo di sbarrare il passo a ciò che è nuovo, la paura dell'impulso appena risvegliato. Ci si difende anche attraverso l'acne, perché essa rende difficile ogni incontro e impedisce la sessualità. Nasce così un circolo vizioso: le sessualità non vissuta si manifesta sulla pelle sotto forma di acne - e l'acne impedisce il sesso. Il desiderio represso di eccitazione si trasforma in pelle irritata. Quanto sia stretto il rapporto tra sesso e acne, risulta chiaramente dai punti in cui l'acne si manifesta. L'acne si presenta esclusivamente sul viso e nelle ragazze sul décolleté (a volte anche sulle spalle). Le altre parti della pelle non vengono aggredite dall'acne, perché non potrebbero raggiungere nessuno scopo. Per curare l'acne, alcuni medici prescrivono con buoni successi la pillola. Lo sfondo simbolico di questo effetto è evidente: la pillola simula nel corpo una gravidanza e contemporaneamente l'acne svanisce perché non occorre ora impedire

più niente. I bagni di mare e il soggiorno al mare fanno in genere regredire molto l'acne, mentre essa fa grandi progressi se il corpo è ben coperto. Il vestiario come seconda pelle sottolinea la delimitazione e l'intoccabilità, mentre lo svestirsi è già il primo passo verso l'apertura e il sole rimpiazza in maniera non pericolosa il desiderato e temuto calore di un altro corpo. Tutti sanno che il miglior rimedio contro l'acne è la sessualità veramente vissuta.
Tutto quello che abbiamo detto dell'acne giovanile vale anche per quasi tutte le altre eruzioni della pelle. Una eruzione mostra sempre che qualcosa che è stato represso finora vorrebbe spezzare i confini e rivelarsi pienamente (divenire consapevole). Nell'eruzione si rivela qualcosa che finora non era stato visibile. Questo fa anche capire come mai quasi tutte le malattie infantili - come morbillo, scarlattina, varicella - si manifestano attraverso la pelle. Ad ogni malattia infantile nella vita del bambino irrompe qualcosa di nuovo, e porta con sé un'evoluzione. Più forte è l'eruzione, pili veloce è il decorso della malattia infantile - lo sfondamento è riuscito. La crosta lattea è l'espressione visibile di questo invisibile muro e insieme il tentativo di spezzare questo isolamento. L'eczema viene spesso utilizzato dalle madri per giustificare in termini causali il loro rifiuto interiore del bambino. Per lo più si tratta di madri particolarmente legate all'estetica, che tengono molto alla pelle pulita e levigata.
Una delle dermatosi più frequenti è la psoriasi. Essa si manifesta in focolai limitati, circolari, infiammati, coperti di pustoline di un colore biancoargenteo, dure e resistenti. Qui la funzione naturale di protezione della pelle viene esasperata: ci si scherma in ogni direzione, non si vuole più lasciar passare e uscire nulla. Ma dietro ogni forma di difesa si cela la paura di " essere feriti ". Più grande è la difesa, maggiore è la sensibilità interiore della persona e la sua paura di essere ferita. È come nel regno animale. Se si toglie la conchiglia a un mollusco, si trova un esserino misero, molle, senza protezione. Le persone che nel loro riserbo non fanno avvicinare niente e nessuno, sono per lo più estremamente sensibili. Però il tentativo di proteggere con una corazza robusta la vulnerabilità dell'anima è abbastanza tragico. Una corazza protegge, è vero, da ferite ed escoriazioni, però " protegge "

anche contro ogni altra cosa, anche contro l'amore e la dedizione. Amore significa

aprirsi - quindi in questo caso la difesa è controproducente. La corazza isola dal fiume della vita, rende miseri e aridi - e al tempo stesso comincia a crescere sempre più la paura. Diventa sempre più difficile spezzare questo cerchio infernale. A un certo punto l'uomo deve permettere che il sempre temuto e respinto ferimento dell'anima avvenga, per imparare che l'anima non perirà certo per questo. Bisogna diventare di nuovo vulnerabili per poter apprezzare il meglio della vita. Questo passo viene compiuto soltanto sotto pressione esterna, esercitata o dal destino o dalla psicoterapia.
Abbiamo descritto dettagliatamente il rapporto esistente tra l'estrema vulnerabilità e la corazza perché la psoriasi ce ne ha offerto l'occasione. È anche possibile che si arrivi a veri e propri punti scoperti della pelle, a ferite sanguinanti. In questo modo aumenta il pericolo di infezione della pelle. Spesso la psoriasi comincia nei gomiti - e coi gomiti ci si impone, sui gomiti ci si appoggia. Proprio qui si mostrano indurimenti e vulnerabilità. Nella psoriasi l'isolamento ha raggiunto il punto estremo, così che il paziente viene costretto a diventare " vulnerabile e aperto " almeno a livello corporeo.
Il prurito
Il prurito è un fenomeno che accompagna molte malattie della pelle (orticaria, per esempio), ma che si manifesta anche da solo, senza alcuna " causa ". Il prurito può portare una persona quasi alla disperazione; deve costantemente grattarsi in qualche zona del corpo. Nel termine " prurito " possiamo leggere già uno stimolo sessuale, però non è il caso di escludere gli altri campi che sono implicati in questa patologia. Se qualcosa ci stimola, agisce su di noi, sia che si tratti di sessualità, di aggressività, di amore, di simpatia. Lo stimolo non ha un significato univoco nell'uomo, e viene vissuto in maniera ambivalente. Non è mai certo se noi reagiremo a uno stimolo in modo attivo, o ne saremo negativamente turbati. In ogni caso, uno stimolo eccita. Anche il termine latino prurigo significa Prurito ma anche lussuria, cupidigia.
Il prurito fisico fa capire che sul piano psicologico qual 0sa stimola ed eccita. Però evidentemente sul piano psicologi Co non se ne è voluto tener conto, altrimenti non si sarebbe

somatizzato sotto forma di prurito. Dietro al prurito si cela una passione, un fuoco interno, un ardore, che vuole manifestarsi, venire scoperto. Per questo produce prurito e induce a grattarsi. Grattare è una forma leggera di scavare, raschiare. Come si gratta e si scava nella terra per trovare qualcosa e portarlo alla luce, così la persona affetta da prurito gratta la superficie della propria pelle per trovare simbolicamente quello che stimola, eccita, morde. Una volta che l'ha trovato, sta meglio.
Il prurito indica quindi sempre qualcosa che non mi lascia freddo, che mi brucia sull'anima: una passione bruciante, un focoso entusiasmo, un amore ardente o anche la fiamma dell'ira. Non stupisce che il prurito sia accompagnato spesso da eruzioni cutanee, macchie rosse ed esantemi brucianti. Quello che il prurito vuol dire è questo: grattare nella coscienza finché si trova quello che brucia - e sarà probabilmente qualcosa di molto affascinante.

8. I reni

Malattie della pelle
Quando si hanno problemi alla pelle ed eruzioni, ci si dovrebbe porre queste domande:
1. Mi isolo molto?
2. Come va la mia capacità di contatto?
3. Dietro al mio atteggiamento riservato si cela forse un desiderio represso di vicinanza?
4. Cosa vuole spezzare i confini, per rendersi visibile? (sessualità, impulsi, passione, aggressività, entusiasmo).
5. Che cosa mi prude in realtà?
6. Mi sono volutamente troppo isolato?

Nel corpo umano i reni rappresentano la socialità. Dolore ai reni e malattie renali si presentano sempre quando ci sono dei conflitti da questi punti di vista. Con socialità intendiamo qui non sessualità, ma in linea generale il modo in cui si affrontano i rapporti col prossimo. Il modo specifico in cui una persona ne incontra un'altra si rivela nella maniera più chiara nella vita di coppia, però è trasferibile a ogni altro tipo di rapporto. Per capire meglio il rapporto tra i reni e la sodala può essere utile considerare più da vicino i retroscena psicologici del contatto interpersonale.
La polarità della nostra coscienza fa si che noi non siamo consapevoli della nostra completezza, ma ci identifichiamo sempre con un aspetto di ciò che è. Questo aspetto lo chiamiamo lo Quello che ci manca è la nostra ombra, che noi non conciamo. La via dell'uomo è quella che porta a una maggioconsapevolezza. L'uomo è costantemente costretto a rendere °nsapevoli lati di ombra finora inconsci e a integrarli nella °P"a identificazione. Questo processo di apprendimento non

può finire finché noi non possederemo una coscienza perfet. ta - finché non saremo " sani ". Questa unità abbraccia tutta la polarità nella sua completezza e unità, quindi anche l'aspet. to maschile e quello femminile.
L'uomo perfetto è androgino, ovvero ha fuso nella sua anima gli aspetti maschili e quelli femminili (matrimonio chimico). La situazione androgina non deve essere confusa con l'ermafroditismo: è ovvio che l'androginità si riferisce al piano psichico, il corpo conserva il suo sesso. La coscienza però non si identifica più con esso (come un bambino piccolo, che ha un sesso corporeo, però non si identifica con esso). Lo scopo dell'androginità trova la sua espressione esteriore anche nel celibato e nel vestiario dei preti e dei monaci. Essere uomo significa identificarsi col polo maschile dell'anima, mentre la parte femminile scivola automaticamente nell'ombra; essere donna significa identificarsi col polo femminile dell'anima, mentre il polo maschile scivola nell'ombra. È nostro compito prendere coscienza della nostra ombra. Questo possiamo farlo soltanto attraverso la proiezione. Dobbiamo cercare e trovare quello che ci manca attraverso il trucco della proiezione esterna, mentre in realtà tutto è sempre dentro di noi.
Questo in un primo momento sembra paradossale - e forse perciò viene capito di rado. Del resto la conoscenza richiede la separazione di soggetto e oggetto. L'occhio per esempio può vedere, ma non può vedere se stesso - per farlo ha bisogno della proiezione su una superficie a specchio. Solo in questo modo si può conoscere se stessi. Nella stessa

situazione siamo noi esseri umani. L'uomo può prendere coscienza della parte femminile della propria anima (C.G. Jung la chiama Anima) soltanto attraverso la proiezione su una donna concreta - e la stessa cosa, rovesciata, vale per la donna. Noi possiamo mv maginarci Vombra soltanto a diversi strati o livelli. Esistono livelli molto profondi dei quali abbiamo molta paura - ed esistono livelli vicini alla superficie che aspettano di essere elaborati e resi consapevoli. Se ora incontro una persona che vive a un livello che in me si trova nella zona superiore dell'ombra, io me ne innamoro. Mi innamoro dell'altra persona o anche della mia zona d'ombra - in fondo si tratta della stessa cosa.
Quello che noi amiamo o odiamo nell'altro, in fondo £ sempre dentro di noi. Parliamo di amore quando un altro W

flette una zona d'ombra che noi ameremmo rendere consapevoi dentro di noi, e parliamo invece di odio quando qualcuno
iflette un livello molto profondo della nostra ombra, un livello che non vorremmo incontrare in noi. Troviamo attraente l'altro sesso perché ci manca. Spesso ne abbiamo paura perché
er noi rappresenta l'inconscio. L'incontro con un partner è l'incontro con l'aspetto inconscio della nostra anima. Se questo meccanismo del riflesso delle proprie zone d'ombra nell'altro è chiaro, tutti i problemi del partner vengono visti in nuova luce. Tutte le difficoltà che abbiamo col nostro partner sono difficoltà che abbiamo con noi stessi.
Il nostro rapporto col nostro inconscio è sempre ambivalente - l'inconscio ci stimola, e noi ne abbiamo paura. Altrettanto ambivalente è in genere il nostro rapporto col nostro partner - noi lo amiamo e lo odiamo, lo vogliamo possedere completamente però vorremmo anche liberarcene, lo troviamo meraviglioso e spaventoso. In tutte le attività e in tutti i contrasti che costituiscono un rapporto a due, noi abbiamo sempre a che fare con la nostra ombra. Per questo sono sempre persone relativamente diverse quelle che si mettono insieme. Gli opposti si attirano - questo lo sanno tutti, e tuttavia ci si continua a meravigliare del fatto che " proprio quei due lì, che non sono per niente adatti l'uno all'altro, si siano messi insieme ". In realtà più grandi sono i contrasti, più le persone si attirano, perché ognuno ama l'ombra dell'altro, o - per esprimerlo in altri termini - ognuno fa si che la propria ombra viva del partner. Il rapporto tra due persone molto simili non è pericoloso e risulta anche più comodo, però non contribuisce molto all'evoluzione dei due: nell'altro si rispecchia soltanto il proprio lato conscio - e questo è semplice e noioso. Ci si trova reciprocamente meravigliosi e si Proietta l'ombra comune sul resto del mondo, che poi di comune accordo si evita. Utili in un rapporto sono soltanto i contrasti, perché soltanto lavorando con la propria ombra rappresentata dall'altro ci si avvicina di più a se stessi. In questo "todo dovrebbe risultare chiaro il fatto che il fine ultimo di questo nostro lavoro consiste nel raggiungimento della propria completezza.
Nel caso ideale, alla fine di un rapporto dovrebbero tro
arsi due persone che sono diventate intere in se stesse
o
meno più integre, avendo illuminato i propri lati d'ombra

inconsci integrandoli alla propria coscienza. Alla fine quindi non troviamo più la coppia innamorata di colombi, nessuno dei quali può vivere senza l'altro. La pretesa di non poter vivere senza l'altro mostra

semplicemente che uno per comodità (o viltà) utilizza l'altro per far vivere la propria ombra, senza neppure tentare di elaborare e recuperare la proiezione. In questi casi (e si tratta della maggioranza!), uno dei due partner non consente all'altro di evolversi, perché, se così fosse, i ruoli assegnati sarebbero messi in discussione. Se uno fa una psicoterapia, non di rado il partner si lamenta che l'altro sia tanto cambiato... (" Volevamo soltanto far sparire il sintomo! ").
Un rapporto a due ha raggiunto il suo scopo quando non si ha più bisogno del partner. Solo in un caso del genere la promessa dell'" eterno amore " può essere considerata seria. L'amore è un atto consapevole e significa aprire la propria coscienza a ciò che si ama, per unirsi ad esso. Questo avviene se si accoglie nella propria anima tutto ciò che il partner rappresentava, o, se vogliamo esprimerlo in altro modo, quando si sono recuperate tutte le proiezioni e ci si è uniti con esse. In questo modo la persona vista come piano proiettivo si è svuotata (da attrazione e repulsione) e l'amore è diventato eterno, cioè indipendente dal tempo in quanto si è realizzato nella propria anima. Queste considerazioni suscitano sempre paura nelle persone che con le loro proiezioni sono molto legate a tutto ciò che è materiale. Esse legano l'amore alle forme di manifestazione invece che ai contenuti della coscienza. Con un slmile atteggiamento la caducità di tutto ciò che è terreno diviene una minaccia e allora si spera di ritrovare nell'aldilà " i propri cari ", dimenticando che " l'aldilà " è sempre quiL'aldilà è ciò che esiste al di là delle forme materiali. Basta trasmutare nella coscienza tutto ciò che è visibile, e si è già al di là delle forme. Ciò che è visibile è soltanto un simbolo - perché nell'uomo le cose dovrebbero essere diverse? Il mondo visibile deve esser reso superfluo dalla nostra vita - e questo vale anche per il nostro partner. I problemi cl sono soltanto quando due persone " utilizzano " in modo diverso il loro rapporto, quando cioè uno elabora e recupera le proprie proiezioni, mentre l'altro resta legato alle proiezioni. Verrà allora il momento in cui uno diventa indipendente dall'altro, mentre all'altro si spezzerà il cuore. Se però entrambi restano legati alle proiezioni, il loro amore durerà fino alla tomba

e ci sarà quindi un grande dolore perché l'altro manca. Fortunato colui che capisce che quello che si è realizzato in se stessi non può esser portato via. L'amore vuole essere uno, oppure niente. Finché è rivolto a oggetti esteriori, non ha raggiunto il suo scopo.
È importante conoscere esattamente la struttura interiore di un rapporto a due, per poter trasferire sui reni i rapporti analogici. Nel corpo troviamo sia organi singoli (per esempio lo stomaco, il fegato, il pancreas, la milza), che organi doppi (polmoni, testicoli, ovaie, reni). Se consideriamo gli organi doppi, si nota che tutti hanno sempre un rapporto col tema " contatto " e " socialità ". I polmoni rappresentano un campo di comunicazione e contatto non impegnativo, mentre testicoli e ovaie sono organi sessuali e rappresentano la sessualità. I reni invece corrispondono alla socialità nel senso di uno stretto incontro interpersonale. Questi tre campi corrispondono del resto anche ai tre concetti che gli antichi greci avevano ideato per l'amore: philia (amicizia), eros (amore sessuale) e agape (progressivo avvicinamento all'altro fino a diventare una cosa sola).
Tutte le sostanze che il corpo assume finiscono nel sangue. I reni hanno il compito di fungere da stazione filtrante centrale. Essi devono poter riconoscere quali sostanze sono sopportabili e utilizzabili per l'organismo e quali prodotti di scarto e veleni debbano essere eliminati. Per svolgere questo difficile compito i reni hanno a disposizione diversi meccanismi, che in questa sede per semplicità ridurremo a due funzioni fondamentali: il primo momento del filtraggio funziona come un setaccio meccanico, che trattiene particelle più grandi dei fori della rete. Le dimensioni di questi pori è tale per cui la più piccola molecola di

albumina viene ancora trattenuta. Il secondo momento è molto più complicato e si basa su una mescolanza di osmosi e del principio di controcorrente. L'osmosi si basa essenzialmente sull'equilibrio tra pressione e concentrazione di due uquidi separati da una membrana semipermeabile. Il principio di controcorrente fa in modo che i due liquidi a diversa concentrazione vengano sempre contrapposti, così che in caso di bisogno il rene può liberare urina ad alta concentrazione (per tempio l'urina del mattino). Questo equilibrio osmotico fa si °ne il corpo trattenga sali di importanza vitale, cosa da cui ra l'altro dipende l'equilibrio acidobasico.
A chi è profano in materia di medicina sfugge per lo più

l'importanza di questo equilìbrio, da cui dipendono tutte le reazioni biochimiche (energia fisica, sintesi dell'albumina). Il sangue si mantiene a metà esatta tra acido e basico, tra Yin e Yang. Analogamente ogni rapporto a due consiste nel tentativo di portare a un equilibrio armonico i due poli, quello maschile (Yang, acido) e quello femminile (Yin, basico). Come i reni si occupano di garantire l'equilibrio acidobasico, così il rapporto a due tende a far si che attraverso il legame con una persona, che vive l'ombra dell'altra, si tenda alla globalità e all'unità. In questo l'altra metà (o la " migliore " metà) compensa col suo modo di essere ciò che manca all'altra.
Il pericolo maggiore in un rapporto a due è comunque sempre il convincimento che comportamenti problematici e disturbanti siano dovuti unicamente all'altro e non abbiano niente a che vedere con me. In questo caso si resta fissati nella proiezione e non si prende atto della necessità e dell'utilità di elaborare e trasformare i lati di ombra riflessi dal partner per crescere e maturare attraverso l'acquisizione di questa consapevolezza. Se questo errore si somatizza, anche i reni lasciano che sostanze vitali (albumina, sali) passino i sistemi di filtraggio e perdano in questo modo componenti essenziali alla propria evoluzione (come per esempio nella nefrite). Perdono anche la capacità di riconoscere come proprie sostanze importanti, come la psiche che non riconosce come propri importanti problemi e li lascia quindi all'altro. Come l'uomo deve riconoscersi nel partner, così anche i reni hanno bisogno di riconoscere l'importanza delle sostanze " estranee " che vengono da fuori e che sono essenziali per il proprio funzionamento e la propria evoluzione. Quanto sia forte il rapporto tra i reni e il tema della " socialità " e della " capacità di contatto " 1° sl può capire anche da certe abitudini della vita quotidiana. In tutte le occasioni in cui si riuniscono delle persone con l'intenzione di prendere contatto tra di loro, il bere ha un ruolo importanza primaria. Questo non stupisce, in quanto il ber stimola il rene, che è organo di contatto, e quindi anche capacità psicologica di effettuare questo contatto. Il contatto _ viene ancora più stretto quando si brinda coi bicchieri e boccali pieni. Brindando si può tentare un approccio senza r schiare di infastidire. Anche il passaggio dal " lei " al " tu " quasi sempre legato al rituale del bere. Il contatto interpe sonale sarebbe quasi impensabile senza qualcosa da bere

comune, sia che si tratti di un party, di una cena o di una festa popolare; in tutte queste occasioni il bere induce a farsi coraggio per avvicinarsi di più all'altro. Chi non beve o beve poco mostra che non

vuole stimolare i suoi organi di contatto e preferisce mantenere le distanze. In tutte queste occasioni si preferiscono bevande fortemente diuretiche che stimolano i reni in misura particolare, come caffè, tè e alcool. (Subito dopo il bere, è importante per il rapporto sociale il fumo. Il fumo stimola l'altro nostro organo di contatto, i polmoni. È noto a tutti che in società si fuma molto più di quando si è soli). Chi beve molto, mostra in questo modo il suo desiderio di contatto - c'è però il pericolo che si fermi al livello della soddisfazione sostitutiva.
I calcoli renali si formano per degenerazione e cristallizzazione di certe sostanze presenti in eccedenza nelle urine (acidi urici, fosfato di calcio, ossalato di calcio). Oltre alle condizioni ambientali che hanno un ruolo importante, il pericolo dei calcoli è strettamente correlato alla quantità di liquido che uno beve: una grande quantità di liquido diminuisce la concentrazione di una sostanza e aumenta la sua solubilità. Se tuttavia si forma un calcolo, questo interrompe il passaggio e può portare a una colica. La colica è un valido tentativo del corpo di espellere il calcolo attraverso i movimenti peristaltici del condotto urinario. Questo processo è dolorosissimo e paragonabile a un parto. Il dolore tipico della colica porta a un'estrema irrequietezza e a un forte bisogno di movimento. Se la colica non è sufficiente a eliminare il calcolo, il medico solleClta il paziente a fare anche dei salti per smuoverlo. Inoltre varie terapie (distensione, calore e abbondante assunzione di liquidi) cercano di accelerare la fuoruscita del calcolo.
Le corrispondenze sul piano psichico sono facili da vedere, calcolo consiste di sostanze che in realtà avrebbero dovuto essere eliminate in quanto non possono più contribuire allo viluppo e al benessere del corpo. Questo corrisponde all'accularsi di temi dei quali già da molto tempo ci si sarebbe vuti liberare in quanto non possono più essere utili allo uPpo. Se però si permane presso tematiche non importanti &a vissute, si blocca l'evoluzione e si produce una sorta di 8a. Il sintomo della colica spinge allora a quel movimento e Propriamente si voleva impedire, e il medico suggerisce Paziente proprio la cosa giusta: i salti. Solo un salto che

faccia uscire da ciò che è vecchio e superato può rimettere in moto l'evoluzione e liberare dai blocchi (calcoli).
La statistica ci dice che gli uomini si ammalano più spesso delle donne di calcoli renali. I temi "armonia" e "socialità" sono più difficilmente solubili per l'uomo che per la donna, la quale per natura è più vicina a questi principi. Per la donna invece il confronto aggressivo rappresenta un problema maggiore che per l'uomo, perché l'uomo è più vicino a questo principio. Statisticamente questo si manifesta nella frequenza dei calcoli alla cistifellea presso le donne, cosa di cui abbiamo già fatto cenno. Le misure terapeutiche messe in atto per le coliche renali descrivono già molto bene i principi che sono utili per risolvere problemi di armonia e socialità: il calore come espressione di affetto e amore, distensione come segno dell'aprirsi e rendersi disponibili, e infine l'apporto di molti liquidi, fatto che rimette tutto in movimento.
Nefrosclerosi Rene artificiale
Il punto finale di questo sviluppo è raggiunto quando tutte le funzioni renali cessano e si deve ricorrere a una macchina, il rene artificiale, che assolva a quel compito fondamentale che è il lavaggio del sangue

(dialisi). Adesso questa macchina perfetta diventa il partner - e nella vita non si era stati disponibili a risolvere in maniera attiva i propri problemi con partner in carne ed ossa. Se nessun partner era sufficientemente perfetto o fidato, oppure il desiderio di libertà e indipendenza era troppo forte, si trova nel rene artificiale un partner ideale e perfetto, che senza pretese personali e necessità individuali fa fedelmente tutto quello che gli viene richiesto. In compenso però si dipende da lui: almeno tre volte la settimana bisogna incontrarlo in clinica, oppure, nel caso che ci si possa permettere una macchina propria, si dorme notte dopo notte fedelmente al suo fianco. Non ci si può allontanare mai troppo oa lui e si impara in questo modo che non esiste un partner perfetto - almeno fintanto che non si è perfetti noi stessi.

Malattie renali
Quando ci sono problemi coi reni, bisognerebbe porsi queste domande:
1. Quali problemi ho nei rapporti col prossimo?
2. Tendo a fissarmi nella proiezione e a ritenere che i difetti del mio partner siano problemi soltanto suoi?
3. Trascuro di scoprire me stesso in tutti i comportamenti del mio partner?
4. Resto legato a vecchi problemi e impedisco in questo modo il flusso dell'evoluzione?
5. A quali salti vuole in realtà indurmi il mio calcolo renale?
5.

La vescica
La vescica è un contenitore in cui tutte le sostanze liberate dai reni sotto forma di urina attendono di poter lasciare il corpo. La pressione esercitata dall'urina costringe dopo un certo tempo a liberarsi di questo carico, fatto che procura un alleggerimento. Tutti però sappiamo per esperienza che il bisogno di urinare è in rapporto diretto con certe situazioni. Si tratta sempre di situazioni in cui la persona si trova sotto pressione psicologica (esami, terapie e simili), condizioni legate a stress o a timori. La pressione vissuta a livello psicologico viene sospinta verso il basso nella vescica e avvertita finalmente qui come pressione corporea.
La pressione ci induce sempre a rilassarci, a distenderci. Se questo a livello psicologico non riesce, dobbiamo farlo a livello corporeo attraverso la vescica. Con questo mezzo risulta evidente fino a che punto fosse grande in realtà la pressione di una situazione, quanto può essere doloroso non potersi rilassare, e quanto è soddisfacente invece il rilassamento. Inoltre la somatizzazione consente anche di trasformare la pressione vissuta passivamente in una pressione attiva: infatti adducendo la scusa di dover andare alla toilette si può interrompere e manipolare quasi ogni situazione. Chi deve andare alla toilette, avverte una pressione ed esercita contemporaneamente una pressione - questo lo sanno gli scolari e anche i pazienti: il sintomo può presentarsi a livello inconscio, ma l'effetto è sempre sicuro.
Questo rapporto, qui particolarmente evidente, tra sintomo ed esercizio di potere, ha un ruolo da non sottovalutare anche in tutti gli altri sintomi. Ogni malato tende a servirsi dei propri sintomi come di uno strumento di potere. Tocchiamo così uno dei più forti tabù del nostro tempo. L'esercizio del potere è uno dei problemi fondamentali dell'uomo. Finché un uomo ha un Io, tende al dominio e al potere. Ogni " ...ma io voglio " è l'espressione della sua tensione al predominio. Dato che il termine potere è diventato un concetto molto negativo, le persone si sentono costrette a mascherare sempre meglio j propri giochi di potere.

Poche persone hanno il coraggio o1 dichiarare apertamente il loro bisogno di potere. I più tentano di imporre per vie traverse i loro repressi desideri di dominioPer far questo utilizzano soprattutto le malattie e le debolez2

sociali. Questi livelli sono relativamente al sicuro da smascheramenti, essendo accettati da tutti e legalizzati.
Dato che quasi tutti utilizzano in misura maggiore o minore questi mezzi per le proprie strategie di potere, nessuno è interessato a smascherarli, e ogni tentativo di farlo viene bloccato sul nascere. Il nostro mondo è ricattabile con la malattia e la morte. Con la malattia si può ottenere quasi sempre quello che senza sintomi non si avrebbe mai: attenzione, partecipazione, denaro, tempo libero, aiuto e controllo sugli altri. I vantaggi secondari ottenibili usando i sintomi come strumento di potere non di rado impediscono la guarigione.
Lo stesso vale per chi bagna il letto di notte. Se un bambino di giorno è sotto forte pressione (genitori, scuola), al punto da non poter far valere le proprie ragioni, bagnando di notte il letto risolve contemporaneamente parecchi problemi: realizza il rilassamento come risposta alla pressione che viene esercitata su di lui, e non si lascia sfuggire l'occasione di rendere impotenti i genitori di solito così sicuri di sé. Attraverso il sintomo il bambino può restituire la pressione che riceve di giorno. Al tempo stesso non si dovrebbe trascurare il rapporto di chi bagna il letto col pianto. Entrambe le cose servono alla scarica e alla liberazione di una pressione interiore attraverso un rilassamento. In fondo chi bagna il letto non è molto diverso da chi piange.
Anche negli altri sintomi legati alla vescica sono riconoscibili i temi fin qui discussi. Nell'infiammazione della vescica il bruciore che accompagna il rilassamento e la minzione mostra fino a che punto per il paziente sia doloroso cedere. Frequente stimolo a urinare, però con poca urina o addirittura niente, e espressione dell'assoluta incapacità di rilassarsi nonostante " pressione. In tutti questi sintomi risulta evidente una cosa che non dovrebbe essere trascurata, che cioè tutte le sostanze, ovvero le tematiche, di cui ci si dovrebbe liberare, sono ormai ampiamente superate e rappresentano soltanto un peso.

Disturbi alla vescica
I disturbi alla vescica suscitano queste domande:
1. A quali problematiche resto legato, sebbene siano superate e aspettino solo di essere eliminate?
2. Dove metto me stesso sotto pressione, proiettando questa pressione su altri (esame, capoufficio)?
3. Da quali problemi ormai vecchi dovrei liberarmi?
4. Su che cosa verso le mie lacrime?

9. Sessualità e gravidanza
La sessualità è il piano pili vasto su cui le persone si confrontano col tema della polarità. Qui ognuno avverte la propria imperfezione e cerca quello che gli manca. Si unisce fisicamente al proprio polo opposto e nell'unione sperimenta un nuovo stato di coscienza, che chiama orgasmo. Questo stato di coscienza è per l'uomo la quintessenza della felicità. Ha soltanto uno svantaggio: non dura nel tempo. Ma per quanto breve sia quel momento di felicità, esso indica che per la nostra coscienza esistono altri modi di essere che qualitativamente sono molto superiori alla nostra coscienza " normale ". Questa sensazione di felicità è anche quella che non fa mai "posare l'uomo, che lo fa essere eternamente alla ricerca di qualcosa. La sessualità svela già la prima metà del mistero:

se S1 uniscono le due polarità, così da farle diventare una cosa s°la, la sensazione di felicità si dilata. Felicità è quindi " uni
a *• Ci manca soltanto la seconda metà del mistero, quella capace di svelarci come sia possibile permanere in questo stato
1 coscienza, in questa felicità, per un tempo lungo, senza de

cadere subito. La risposta è semplice: fintanto che l'unione degli opposti viene compiuta soltanto sul piano fisico (sessualità) anche lo stato di coscienza che ne risulta (l'orgasmo) è limitato nel tempo, perché il piano fisico soggiace alla legge del tempo. Ci si libera dal tempo compiendo l'unione dei contrari anche nella nostra coscienza - se l'unità avviene anche su questo piano, ho raggiunto la felicità eterna, senza tempo.
E qui che comincia il sentiero esoterico, che in Oriente viene chiamato anche il sentiero dello Yoga. Yoga è una parola sanscrita e significa più o meno giogo (cfr. il termine latino jugum = giogo). Un giogo trasforma sempre una dualità in una unità: due buoi, due secchi ecc. Lo Yoga è l'arte di unire le dualità. Dato che la sessualità contiene in sé il modello di base del cammino e lo delinea su un piano accessibile a tutti, in ogni tempo è stata proprio la sessualità ad essere utilizzata per rappresentare il cammino. Ancor oggi lo stupefatto turista guarda a bocca aperta i templi orientali, che gli pare rappresentino figure pornografiche. Qui viene utilizzata l'unione sessuale di due figure divine per rappresentare simbolicamente il grande mistero della conjunctio oppositorum, l'unione degli opposti.
E caratteristica particolare della teologia cristiana aver demonizzato nel corso della sua evoluzione la corporeità e quindi anche la sessualità, così che ne è risultato un contrasto insanabile tra il sesso e il cammino spirituale (...naturalmente il simbolismo sessuale non è sempre stato estraneo ai cristiani, come mostra per esempio la dottrina della " sposa di Cristo "). In certi gruppi che si ritengono " esoterici " questa opposizione di carne e spirito viene diligentemente osservata ancor oggi. Essi però confondono trasmutare con reprimere. Anche qui basterebbe capire il concetto basilare esoterico " come sopra, così sotto ". Ne deriva che quello che l'uomo non può fare sotto, non riuscirà mai a farlo sopra. Chi dunque ha problemi sessuali, dovrebbe risolverli anche sul piano fisico, invece di cercare salvezza nella fuga - l'unione degli opposti è molto più difficile ai livelli " superiori "I
Considerato da questo punto di vista, è forse comprensibile come mai Freud abbia ridotto alla sessualità quasi tutti i problemi umani. Nel far questo ha avuto le sue giustificazioni, e ha compiuto soltanto un piccolo errore di forma. Freud (e con lui tutti quelli che la pensano allo stesso modo) trascurò l'ultimo passo dal piano della manifestazione concreta al

principio che la sottende. La sessualità è infatti soltanto una possibile espressione del principio di " polarità ", dell'" unione degli opposti ". In questa forma astratta anche i critici di Freud possono essere d'accordo: tutti i problemi umani possono essere ridotti alla polarità e al tentativo di unire gli opposti (passo che fu invece compiuto da C.G. Jung). Resta però il fatto che la maggior parte degli uomini impara i problemi della polarità sul piano della sessualità, e li li vive e li elabora. Questo è anche il motivo per cui sessualità e rapporto a due rappresentano la materia di maggiore conflittualità per l'uomo: il

difficilissimo tema della " polarità " porta l'uomo fino alla disperazione, finché non trova l'unità.

Disturbi mestruali

Le regole mensili sono l'espressione della femminilità, della fertilità e della ricettività. La donna vive in questo ritmo. Deve sottomettersi ad esso con tutte le limitazioni che presenta. Questa sottomissione è l'aspetto centrale della femminilità, la capacità della donna di donarsi. Quando parliamo qui di femminilità, intendiamo il principio globale del polo femminile nel mondo, quello che per esempio i Cinesi chiamano " Yin ", che gli alchimisti rappresentano come luna e la psicologia del profondo col simbolo dell'acqua. Ogni donna da questo punto di vista è soltanto una manifestazione dell'archetipo femminile. Il principio femminile potrebbe essere descritto attraverso la sua capacità di accettazione. Dice l'I King: " L'uomo è il creativo, la donna il ricettivo ".

La ricettività è la qualità centrale della donna: è la base di tutte le altre capacità, come aprirsi, accogliere, ricevere, nascondere e proteggere. La ricettività comprende anche la rinuncia all'azione attiva. Se consideriamo i simboli archetipi della femminilità, la luna e l'acqua, notiamo che entrambi rinuncian° a brillare di luce propria, come 'fanno i loro poli opposti sole e fuoco. In questo modo riescono ad accogliere, a far entrare e a riflettere luce e calore. L'acqua rinuncia ad una forma sua propria - assume qualunque forma. Si adatta, si arrende.

Le polarità sole e luna - fuoco e acqua - maschile e fem^nile, non sottintendono alcuna valutazione di merito. Una S1mile valutazione non avrebbe infatti alcun senso, in quanto

ognuno dei due poli da solo è monco e non integro - per diventare integro e intero ha bisogno dell'altro polo. Questa totalità viene raggiunta solo se entrambi i poli rappresentano pienamente la loro specifica caratteristica. In certe argomentazioni emancipatorie queste leggi archetipe vengono troppo facilmente dimenticate. È sciocco che l'acqua si lamenti di non poter bruciare ed emanare luce, e ritenga per questo di valere di meno. Proprio perché non può bruciare può accogliere, cosa alla quale il fuoco deve rinunciare. Uno non è né meglio né peggio dell'altro: è semplicemente diverso. Da questa diversità dei poli nasce quella tensione che si chiama " vita ". Livellando i poli non si raggiunge alcuna unione degli opposti. Una donna che abbia accettato in pieno la propria femminilità e la vita nel modo giusto, non si sentirà mai " inferiore ".

Per altro la non accettazione della propria femminilità è alla base della maggior parte dei disturbi mestruali e di molti altri sintomi in campo sessuale. La ricettività, la capacità di accettare è sempre un compito difficile per l'uomo, in quanto richiede la rinuncia alla propria volontà, al proprio egocentrismo. Bisogna aprire qualcosa del proprio Ego, offrire una parte di sé, dare una parte di sé - proprio come esige la regola mensile della donna. Infatti col sangue la donna offre parte della propria forza vitale. La mestruazione è una piccola gravidanza e una piccola nascita. Nella msiura in cui la donna non è d'accordo con questa " regola ", si manifestano disturbi e dolori mestruali. Essi indicano che una istanza (spesso non consapevole) della donna non vuole arrendersi: alle mestruazioni, al sesso, all'uomo. Proprio a questo ribelle " Maiononvoglio " si rivolge la propaganda degli assorbenti e dei tamponi, che promette che usando quel dato prodotto si raggiunge

l'indipendenza e si può far di tutto nonostante i giorni. La propaganda si rivolge quindi volutamente al vero e proprio punto di conflitto della donna: essere donna - ma non essere d'accordo con quello che l'essere donna comporta.
Chi vive dolorosamente le regole, vive dolorosamente la pr0' pria femminilità. I problemi mestruali fanno sempre intuire pr0' blemi sessuali, perché la protesta contro la dedizione e l'accettazione, chiaramente indicata dai disturbi mestruali, impedisce anche di donarsi nella vita sessuale. Chi sa abbandonarsi nell'org8' smo, sa farlo anche nelle mestruazioni. L'orgasmo è una picco1 morte, come lo è l'addormentarsi. Anche il sangue mestruale sin1'

bolizza un piccolo processo di morte, perché il tessuto muore e viene quindi eliminato. Morire però non è altro che l'invito a liberarsi dal proprio spasmodico attaccamento all'Io e dai suoi giochi di potenza, e a lasciare che le cose seguano il loro corso. La morte minaccia sempre soltanto l'Ego, non l'uomo in se stesso. Chi resta attaccato all'Ego, vive la morte come battaglia. L'orgasmo è una piccola morte perché esige l'abbandono dell'Io: esso è l'unione totale di Io e Tu, fatto che presuppone un'apertura dei confini dell'Io. Chi resta legato all'Io, non conosce l'orgasmo (lo stesso vale per l'atto di addormentarsi, si veda il prossimo capitolo). La comunanza di morte, orgasmo, regole mensili dovrebbe essere chiara: è la capacità di abbandonarsi, la disponibilità ad offrire una parte dell'Ego. È comprensibile come mai chi soffre di anoressia non abbia le mestruazioni o le abbia molto disturbate: la repressa pretesa di dominio di queste persone è troppo grande per essere accettata. Esse hanno paura della propria femminilità, paura della sessualità, della fertilità e della maternità. È noto che in situazioni di grande paura e insicurezza, nelle catastrofi, in prigione, nei campi di lavoro e nei campi di concentramento si arriva con particolare frequenza alla sospensione delle regole (amenorrea secondaria). Tutte queste situazioni sono per loro natura poco adatte al tema " donazione ", anzi sollecitano la donna ad assumere atteggiamenti maschili, a diventare attiva e ad imporsi.
Vale la pena di considerare anche un altro aspetto delle mestruazioni: il sangue mensile è espressione della capacità di avere dei figli. La regola mensile viene vissuta emozionalmente w maniera molto diversa, a seconda che la donna desideri un figlio oppure no. Se la donna desidera un figlio, le mestruazioni le fanno capire che " anche questa volta è andata male "• In questi casi, prima e durante il periodo si è di cattivo umore e disturbati. Il mestruo viene avvertito come " doloroso ". Queste donne prediligono anche contraccettivi insicuri - un compromesso tra l'inconsapevole desiderio di un bambino e un alibi. Se la donna ha paura di avere un figlio desidera le regole, fatto che può provocare un ritardo. Spesso Capitano anche regole molto lunghe, fatto che può essere utilizzato anche per evitare l'atto sessuale. Di base, come ogni alr° sintomo, anche le mestruazioni possono essere usate come

strumento di potere, sia per evitare il sesso che per ottenere attenzioni e tenerezza.
A livello fisico, le mestruazioni vengono regolate dal gioco combinato dell'ormone femminile estrogeno e di quello maschile. Questo gioco corrisponde a un atto " sessuale sul piano ormonale ". Se questa "

sessualità ormonale " viene turbata, ne risulta turbata anche la mestruazione. I disturbi di questo tipo sono difficili da curare con cure ormonali, perché gli ormoni sono semplicemente i rappresentanti materiali della parte femminile e di quella maschile dell'anima. La guarigione può avvenire soltanto riconciliandosi col proprio ruolo sessuale, fatto indispensabile per poter poi realizzare in sé il polo opposto.

Gravidanza isterica

La somatizzazione di processi psichici può essere osservata in forma particolarmente impressionante nella gravidanza isterica. Queste donne non solo presentano sintomi soggettivi di gravidanza quali voglie alimentari, malessere, vomito, ma anche i tipici gonfiori al seno, pigmentazione del capezzolo e addirittura secrezione di latte. La donna sente i movimenti del bambino, il corpo le si gonfia come se la gravidanza fosse già avanzata. La base di questo fenomeno noto fin dall'antichità ma relativamente raro è il conflitto tra un fortissimo desiderio di un figlio e la paura inconscia della responsabilità. Se la gravidanza isterica si manifesta in donne che vivono sole e isolate, può esserci anche un conflitto tra sessualità e maternità. Si vorrebbe cioè adempiere al nobile ruolo materno, senza che in esso debba aver parte alcuna il volgare sesso. In ogni caso nella gravidanza isterica il corpo rivela ancora una volta la verità: si insuperbisce (si gonfia) senza che ce ne siano i motivi.

Problemi della gravidanza

I problemi della gravidanza indicano sempre un rifiuto del bambino. Questa affermazione sarà probabilmente rifiutata violentemente da qualcuno, ma se teniamo alla verità, se davvero vogliamo conoscere noi stessi, dobbiamo una buona volta llb

rarci da certe opinioni preconcette. Sono queste infatti che impediscono a noi di essere onesti. Fintanto che si è convinti che esista soltanto un certo atteggiamento o modo di comportarsi per poter essere una brava persona, si continuerà a reprimere tutti quegli impulsi che non rientrano in questo schema. Sono questi impulsi repressi che ristabiliscono l'equilibrio attraverso i sintomi corporei.

Vorremmo sottolineare questo rapporto affinché qualcuno non si affretti a dire con troppa sicurezza: " Ma nel mio caso questo non vale! ", ingannando anche se stesso. L'ostilità ai bambini è uno dei temi più difficili ed è per questo che tante insincerità si trasformano in sintomi. Il vomito delle gravide è un sintomo del rifiuto del bambino: un sintomo che si presenta con particolare frequenza nelle donne delicate e snelle, perché la gravidanza provoca in loro un rialzo notevole di ormoni femminili. Ma proprio nelle donne con minore identificazione femminile questo rialzo (ormonale) della femminilità suscita paura e rifiuto, che si manifestano in malessere e vomito. La frequenza dei malesseri in gravidanza indica semplicemente fino a che punto l'attesa di un bambino possa suscitare gioia ma anche rifiuto. Il che è perfettamente comprensibile, in quanto un bambino rappresenta un enorme ribaltamento della vita che si è finora condotta e l'assunzione di responsabilità che all'inizio spaventano. Se però non si riesce ad elaborare consapevolmente questa conflittualità, il rifiuto scende a livello corporeo e si somatizza.

Gestosi della gravidanza

Si distingue una gestosi precoce (dalla 6a alla 14a settimana) e una gestosi tardiva, detta anche tossicosì della gravidanza. La gestosi si manifesta con pressione alta, perdita di albumina attraverso i reni, crampi (eclampsia della gravidanza), malessere e vomito mattutino. Il quadro globale mostra rifiuto del bambino e tentativi in parte concreti e in parte simbolcl di liberarsene. L'albumina che viene eliminata attraverso rem sarebbe infatti molto importante per il bambino.

Eliminandola, non la si fornisce al bambino - si cerca cioè di impedire la sua crescita togliendogli le sostanze necessarie. I cramcorrispondono al tentativo di abortire il bambino. Tutti questi

sintomi, che sono relativamente frequenti, mostrano con chiarezza il conflitto sopra descritto. Dalla violenza e frequenza dei sintomi si può capire quanto sia forte il rifiuto del bambino e fino a che punto la madre debba lottare per accettarlo.
Nella gestosi tardiva troviamo un quadro molto più estremo, che mette in pericolo non soltanto il bambino ma anche la madre. In questa patologia l'irrorazione sanguigna della placenta viene rigorosamente ridotta. La superficie di ricambio della placenta è di 12/14 metri quadrati: nella gestosi la superficie si riduce a sette metri quadrati, e se arriva a quattro metri e mezzo il bambino muore. La placenta è la zona di contatto tra la madre e il bambino. Se la sua irrorazione viene ridotta, si toglie la vita al loro contatto. L'insufficienza della placenta porta in un terzo dei casi alla morte del bambino. Se un bambino sopravvive alla gestosi tardiva, in genere è piccolo, ipernutrito e sembra un vecchietto. La gestosi tardiva è il tentativo del corpo di strangolare il bambino, tentativo nel quale anche la madre rischia la vita.
La medicina ritiene che le donne affette da diabete siano più esposte al rischio della gestosi; insieme a loro, anche le malate di reni e specialmente le pazienti grasse. Se consideriamo questi tre gruppi dal nostro punto di vista, risulta che tutti hanno un problema comune: l'amore. Le diabetiche non possono accettare amore e quindi non possono darne, le malate di reni hanno problemi di rapporto e le pazienti adipose mostrano con la loro avidità il tentativo di compensare col cibo la loro mancanza di amore. Non stupisce quindi che le donne che hanno dei problemi col tema " amore " abbiano anche difficoltà ad accettare un bambino.
Parto e allattamento
Tutti i problemi che ritardano e rendono difficile il parto sono in ultima analisi un tentativo di trattenere il bambino, e un rifiuto a farlo nascere. Questo antico problema tra madre e figlio si ripete in seguito, quando il figlio vuole lasciare la casa dei genitori. È la stessa situazione che si verifica due volte a livelli diversi: nella nascita il bambino lascia la protezione del grembo materno, più tardi lascia la protezione della casa dei genitori. Entrambe le situazioni portano sovente a una

" nascita difficile ", finché finalmente la separazione viene attuata Il tema in questione si chiama ancora una volta " abbandono ".
Più a fondo si penetra nel quadro patologico e quindi nei problemi della persona, più diventa chiaro che la vita umana à svolge tra i due poli " lasciare entrare " e " abbandonare ". Il primo lo chiamiamo anche " amore ", l'altro nella sua forma finale " morte ". La vita consiste nell'esercitare ritmicamente i due poli. Spesso si può aderire soltanto al primo ma non al secondo, qualche volta si ha difficoltà con entrambi. Nella sessualità, alla donna viene richiesto di aprirsi per lasciar passare il Tu. Nella nascita ancora una volta essa deve aprirsi per lasciar passare una parte del suo essere, affinché possa diventare Tu. Se questo non riesce, si arriva a complicazioni nel parto o al taglio cesareo. Nelle gravidanze troppo prolungate il bambino viene spesso fatto nascere col taglio cesareo - ed è evidente che il prolungare la gravidanza oltre i termini abituali esprime il " nonvolersiseparare ". Anche gli altri motivi che portano spesso al taglio cesareo sono espressione del medesimo problema: si ha paura di essere troppo stretti,

si ha paura di una lacerazione o anche di perdere le attrattive per un uomo.
Il problema opposto lo troviamo nelle nascite anticipate, che spesso sono avviate dalla perdita anticipata delle acque. Si tratta del tentativo di buttar fuori il bambino.
Quando una madre allatta il suo bambino, avviene qualcosa di più di una semplice nutrizione. Il latte materno contiene anticorpi che proteggono il bambino nei suoi primi sei mesi di vita. Se il bambino non riceve latte materno non ha questa protezione, e questo avviene in senso molto più ampio di quanto possano fare gli anticorpi da soli. Se il bambino non viene allattato al seno, gli manca il contatto epidermico con la mamma; gli manca quindi la protezione che viene trasmessa anche dall'atto di " stringere a sé ". Se il bambino non viene allattato al seno, risulta evidente la scarsa disponibilità della madre a nutrire, proteggere e custodire il suo bambino, ad assumersene personalmente la cura. Nelle madri che non hanno ktte questo problema è represso molto più di quanto non lo sia in quelle che dichiarano apertamente di non voler allattare.

Sterilità

Se una donna non resta incinta sebbene desideri un bambino, è evidente che siamo di fronte o a un rifiuto inconscio oppure al falso desiderio di un figlio. Una motivazione non sincera è per esempio la speranza che un figlio possa trattenere il compagno oppure che i problemi di coppia possano passare in secondo piano di fronte a un figlio. In questi casi il corpo reagisce spesso con molta più sincerità e lungimiranza. Ugualmente la sterilità maschile indica la paura del legame e della responsabilità che la nascita di un bambino rappresenta nella vita.

Menopausa e climaterio

La perdita delle regole mensili viene vissuta dalla donna come un fatto determinante. La menopausa segnala alla donna la perdita della capacità riproduttiva e quindi anche la perdita di una forma espressiva specificamente femminile. Dipende dall'atteggiamento tenuto finora nei confronti della propria femminilità e dal soddisfacimento sessuale finora avuto il modo in cui questa cesura viene vissuta e integrata. Oltre alle reazioni emozionali come ansietà, irritabilità, depressione, che sono espressione della crisi in cui questa nuova fase di vita mette la persona, si conoscono vari sintomi somatici. Sono ben note le caldane, che in realtà segnalano " il calore sessuale ". E un tentativo di dimostrare che con la perdita delle regole non va perduta la condizione femminile in senso sessuale - e così si dimostra che si è ancora pervase di calore e si è ancora donne calde. Anche frequenti perdite di sangue sono il tentativo di simulare giovinezza e fertilità.
Quanto siano grandi i problemi e i disturbi del climaterio, è cosa che dipende in grande misura da come la propria femminilità è stata finora vissuta e sperimentata. Tutti i desideri non realizzati si ridestano in questa fase di paura generale e portano al panico e al bisogno di recuperare il temp0 perduto. Solo ciò che non si è vissuto rende caldi.
In questa fase della vita si presentano in genere anche le frequenti escrescenze muscolari nell'utero, dette miomi. Queste escrescenze nell'utero simbolizzano una gravidanza, si fa crescere qualcosa nel

proprio utero che poi viene eliminato con un'operazione, come se si trattasse di parto. I miomi dovrebbero far capire che sono presenti desideri inconsci di gravidanza.

Frigidità e impotenza

Dietro a tutte le difficoltà sessuali c'è la paura. Abbiamo già parlato della parentela tra orgasmo e morte. L'orgasmo minaccia il nostro Io, perché scatena una forza che non possiamo più controllare col nostro Io. Tutti gli stati estatici - siano essi di natura sessuale o religiosa - suscitano nell'uomo al tempo stesso un grande fascino e una grande paura. La paura ha il sopravvento nella misura in cui l'uomo è abituato a controllarsi. L'estasi è perdita del controllo.

La nostra comunità sociale considera l'autocontrollo una qualità molto positiva e la insegna quindi ai bambini con molta cura (..."adesso controllati dunque...!"). La capacità di autocontrollarsi facilita notevolmente la vita sociale, ma è anche al tempo stesso espressione dell'incredibile falsità di questa società. Autocontrollo significa che tutti gli impulsi sgraditi alla comunità devono essere repressi nell'inconscio. In questo modo l'impulso diviene invisibile, anche se resta da chiedersi che cosa ne sarà dell'impulso eliminato. Dato che l'impulso per natura tende alla realizzazione, esso tenderà a mostrarsi nuovamente, e così l'uomo deve costantemente investire energia se vuole continuare a reprimere e a controllare l'impulso represso.

È evidente il motivo per cui l'uomo ha paura della perdita del controllo. Una situazione estatica apre la porta dell'inconscio e rende evidente tutto ciò che finora era stato accuratamente represso. Ed ecco che l'uomo diventa sincero in un modo che spesso risulta penoso. " In vino veritas ", già dicevano gli antichi romani. Nell'ebbrezza un mite agnello diviene aggressivo, mentre un tipo di ghiaccio scoppia in lacrime. La situazione diventa sincera, ma socialmente molto discutibile, " per questo è bene sapersi controllare ".

Se si ha paura della perdita del controllo e per questo ci si esercita quotidianamente nell'autocontrollo, è molto difficile rinunciare proprio nella sessualità al controllo dell'Io e lasciare che succeda quello che deve succedere. Nell'orgasmo il piccolo *° di cui siamo così orgogliosi viene semplicemente spazzato via.

Nell'orgasmo l'Io muore (purtroppo per così breve tempo, altrimenti l'illuminazione sarebbe molto più facile!). Chi però resta legato all'Io, impedisce l'orgasmo. Più l'Io cerca di provocare volontariamente l'orgasmo, più il successo si allontana. Nonostante sia molto nota, questa legge viene sovente trascurata in tutta la sua portata. Finché l'Io vuole qualcosa, non può raggiungerla. Il desiderio dell'Io si trasforma alla fine sempre nel suo contrario: se ci vogliamo addormentare per forza, restiamo svegli, se vogliamo essere potenti finiamo nell'impotenza. Fintanto che l'Io vuole essere illuminato, resta ben lontano dalla mèta. L'orgasmo è la rinuncia all'Io, soltanto questo rende possibile l'unione, perché fintanto che esiste ancora un Io, c'è anche un nonIo e quindi esistiamo come due entità separate. Se l'uomo e la donna vogliono vivere un orgasmo, devono abbandonarsi totalmente.

Abbiamo già detto chiaramente che la capacità di donarsi è il principio della femminilità. La frigidità indica che una donna non vuole donarsi totalmente, ma vuole assumere un ruolo maschile. Non vuole sottomettersi, non vuole essere " sottoposta ", vuole dominare. Questi desideri di dominio e fantasie di potere sono espressione del principio maschile, e nella donna impediscono quindi una perfetta identificazione col ruolo femminile. Questi spostamenti di ruolo turbano ovviamente un processo così sensibile e polare quale è la sessualità. Tale rapporto viene anche confermato dal fatto che donne che col loro partner sono frigide possono vivere un orgasmo con la masturbazione. Nella masturbazione il problema del dominio e della dedizione decade totalmente - si è soli e non c'è bisogno di far passare nessuno, escluse le proprie fantasie. Un Io che non si sente minacciato da un Tu, si ritira facilmente e volontariamente.

Nella frigidità si rivelano in genere anche le paure delle donne nei confronti della propria istintualità, specialmente quando esistono opinioni preconcette sui ruoli di donna per bene e poco seria. La donna frigida non vuole far entrare e uscire nessuno, vuole restare fredda. Il principio maschile è il fare, il creare, il realizzare. Il maschile (Yang) è attivo e quindi anche aggressivo. Potenza e espressione e simbolo di forza, impotenza è mancanza di forza. Dietro all'impotenza si cela la paura della propria virilità e della propria aggressività. Si ha paura di dover dimostrare 1* propria virilità. L'impotenza è anche espressione di paura nei

confronti della femminilità, che viene vissuta come qualcosa di minaccioso, che vuole inghiottire l'uomo. Non si vuole entrare nella " caverna ". Questo atteggiamento mostra la scarsa identificazione con la virilità e quindi con gli attributi di potenza e aggressività. L'uomo impotente si identifica più col polo passivo e col ruolo del sottoposto. Ha paura di dover agire. Anche qui, quando si cerca di raggiungere la potenza con la volontà e lo sforzo, comincia un cerchio infernale. Più alta è la tensione, più difficile è l'erezione. L'impotenza dovrebbe indurre a riconsiderare i propri rapporti coi temi della forza, dell'attività e dell'aggressività e con le paure ad essi legate.
Nel considerare tutti i problemi sessuali non bisognerebbe mai dimenticare che in ogni uomo è presente sia un aspetto femminile che uno maschile e che in ultima analisi tutti, uomini o donne, devono sviluppare in sé compiutamente entrambi gli aspetti. Tuttavia questo difficile cammino inizia con la perfetta identificazione con quella parte che si rappresenta attraverso la propria sessualità fisica. Soltanto quando si sa vivere compiutamente un polo, si è pronti a destare in sé il polo opposto e a integrarlo consapevolmente attraverso l'incontro con l'altro sesso.

10. Cuore e circolazione

Pressione bassa Pressione alta (ipotonia ipertonia)
della vita e l'espressione ^.f^^U goccia di sangue
quido particolarissimo, il ^ ^ grande importanza del san
contiene l'uomo intero - di qui " ^.^ peJ. cul y
gue in tutte le pratiche magiche, ui^ ^ ^^ & sangue>
radiestesisti utilizzano come " testini utilizzando sem
di qui la possibilità di fare una diagnosi globale
pre un'unica goccia di sangue . della dinamica della
La pressione sanguigna e espress1011 to del
persona Essa risulta dall'equino tra d^ con* ^
sangue che fluisce e il comportamento ^Uep"ct ^
guigni che ne delimitano il corso Con.der"doU^ ^^
guigna, dovremmo sempre tener presen H ^.^ rappre.
ti antagoniste: quella che scorre da un ato ^
sentato dalle pareti dei vasi dall ^ Je dono ai limiti sui al
proprio essere, le pareti dei vasi corrispono.

quali la personalità si orienta nel suo sviluppo e alle resistenze che si oppongono a tale sviluppo.
Una persona con la pressione troppo bassa (ipotonica) non sollecita certo i propri confini. Non cerca di imporsi, ma evita tutte le resistenze - non arriva mai fino al limite massimo Se si imbatte in una situazione di conflitto, si ritira rapidamente, come si ritira il suo sangue, a volte

fino a farla svenire Questa persona rinuncia quindi (apparentemente!) alla forza, ritira se stessa e il proprio sangue e rinuncia a ogni responsabilità e a se stesso. Nello svenimento si ritira dalla coscienza per rifugiarsi nell'inconscio e in questo modo non ha più niente a che fare coi problemi che si presentano. Non c'è più per nessuno. Una situazione da operetta, come ne conosciamo tante: una signora viene scoperta dal marito in una situazione imbarazzante, e allora sviene, così tutti i presenti si affannano intorno a lei con acqua, sali e aria fresca per riportarla alla coscienza: infatti neppure il più bel conflitto serve a niente se il principale responsabile si rifugia su un altro piano e rinuncia così di colpo a ogni responsabilità.
L'ipotonico non sopporta letteralmente niente: non regge ai problemi, non si assume responsabilità per nessuno, gli mancano fermezza e lealtà. Ad ogni provocazione risponde con una rinuncia, svenendo, e chi gli sta intorno lo mette a testa in giù per fargli scorrere di nuovo il sangue alla testa, che è il centro del suo potere, in modo che recuperi forza e senso di responsabilità. Anche la sessualità rientra in genere nei campi ai quali l'ipotonico sfugge, perché la sessualità dipende fortemente dalla pressione sanguigna.
Spesso nell'ipotonia) troviamo anche le caratteristiche dell'anemico, che in genere manca di ferro nel sangue. Questa situazione turba la trasformazione dell'energia cosmica (Prana), che noi assumiamo con l'aria, in energia corporea (sangue). L'anemia indica il rifiuto di far propria la parte che spetta di energia vitale per trasformarla in forza d'azione. Anche in questi casi la malattia diventa un alibi per la propria passività. Manca la pressione che è indispensabile per agire.
Tutte le misure terapeutiche che si possono utilizzare per alzare la pressione del sangue sono senza eccezione legate ad un impiego di energia e durano finché si seguono le indicazioni: spugnature, spazzola di crine, bagni, movimento, esercizi fisici, docce calde e fredde. Tutti questi mezzi alzano la pres

sione perché si fa qualcosa e si trasforma quindi energia in forza di azione. La loro utilità però svanisce non appena si smette di esercitarsi. Un successo durevole ce lo possiamo aspettare soltanto applicando le proprie risorse interiori.
U polo opposto è la pressione troppo alta (ipertonia). Da ricerche sperimentali ci è noto che l'aumento del polso e della pressione non avviene soltanto quando ci si impegna fisicamente, ma anche usando la sola immaginazione. La pressione sanguigna aumenta già se una persona in colloquio si avvicina a una situazione di conflitto, e cala se la persona in questione viene spontaneamente a parlare del conflitto e verbalizza quindi il suo problema. Questa informazione che gli esperimenti ci hanno fornito è una buona base per capire l'origine della pressione alta. Se la pressione aumenta con la sola immaginazione dell'azione, senza che questa azione pensata sia mai trasformata in attività motoria e così scaricata, si arriva letteralmente a una " pressione continua ". La persona in questo caso produce con la sua immaginazione un'eccitazione durevole e il sistema sanguigno ne fruisce nella sola aspettativa che si arrivi a una trasformazione del pensiero in azione. Se l'azione manca, la persona sta sotto pressione. Ancora più importante per noi è il fatto che lo stesso rapporto conserva la sua validità anche sul piano del conflitto. Dato che sappiamo che già il tema del conflitto porta a un aumento di pressione, che però già cala se se ne parla, è evidente che l'ipertonico si mantiene sempre nelle vicinanze di un conflitto senza arrivare a una soluzione. È vicino al conflitto, ma non lo affronta. La pressione alterata si spiega fisiologicamente proprio nel fatto che si fornisce rapidamente più energia per poter risolvere meglio e più

energicamente futuri compiti e conflitti. Se questo avviene, viene consumata l'energia eccedente e la pressione torna ai valori normali. L'ipertonico però non risolve i suoi problemi e l'energia in eccedenza non viene consumata. Anzi si rivolge a fatti esteriori e cerca di deviare in questo modo l'attenzione che avrebbe dovuto rivolgere al conflitto.
Vediamo così che sia l'ipotonico che l'ipertonico evitano i conflitti, però con tattiche diverse. L'ipotonico sfugge il conflitto rifugiandosi nell'inconscio, l'ipertonico devia dal conflitto l'attenzione sua e di chi gli sta accanto, sviluppando in altre direzioni un'eccessiva attività e un superdinamismo. Si rifugia nelf azione.

In maniera perfettamente corrispondente a questa polarità troviamo la pressione bassa più spesso nelle donne e quella alta più spesso negli uomini. La pressione alta è inoltre un indizio di aggressività repressa. L'ostilità rimane limitata al livello immaginativo e così l'energia prevista e messa in movimento non viene scaricata in azione. Noi chiamiamo questo atteggiamento autocontrollo. L'impulso aggressivo porta alla pressione alta, l'autocontrollo alla contrazione dei vasi sanguigni. In questo modo si può tenere sotto controllo la pressione. Pressione del sangue e contropressione delle pareti dei vasi portano alla pressione alta. Avremo ancora occasione di vedere come questo atteggiamento di aggressività controllata sfocia pari pari nell'infarto.
C'è poi la pressione alta dovuta all'età e dipendente dalla calcificazione delle pareti sanguigne. Il sistema venoso è un sistema che ha il compito di trasmettere e comunicare. Quando con l'età spariscono flessibilità ed elasticità, la comunicazione si blocca e la pressione sale.
Il cuore
Il battito cardiaco è un fatto autonomo che senza un determinato training (per es. il biofeedback) non obbedisce alla volontà. Questo ritmo sinusoidale è l'espressione di una ben precisa norma del corpo. Il ritmo cardiaco assomiglia al ritmo del respiro, ma quest'ultimo è più suscettibile di influenzamento volontario. Il battito cardiaco è un ritmo armonico, con un ordine severo. Se nei cosìddetti disturbi del ritmo il cuore improvvisamente si inceppa o galoppa, è avvenuta una deviazione dal normale equilibrio.
Se osserviamo i molti modi di dire in cui ricorre il cuore, ci rendiamo conto che esso è sempre in rapporto con situazioni emozionali.
Un'emozione è qualcosa che l'uomo trae da se stesso, è un movimento dall'interno verso l'esterno (latino emovere = muovere fuori da se stessi). Si dice: Il cuore mi batte per la gioia - Il cuore mi si fermò per la paura - Mi & spezza il cuore per il dolore - Ho qualcosa che mi sta a cuore. Se una persona non è capace di reazioni emozionali, s^ dice che è senza cuore. Quando due persone si incontrano e si innamorano, si dice che si sono incontrati due cuori. In tutte

queste espressioni il cuore è il simbolo di un centro che esiste nell'uomo e che non è guidato né dall'intelletto né dalla volontà.
Il cuore però non è soltanto un centro, è il centro del corpo; si trova più o meno a metà del corpo, appena un po' a sinistra (la sinistra è la parte dei sentimenti, corrisponde all'emisfero cerebrale destro). Si trova proprio nel punto che spontaneamente tocchiamo o indichiamo quando vogliamo parlare di noi stessi. Il sentimento e più ancora l'amore sono strettamente legati al cuore, come ci hanno già mostrato le espressioni sopra riportate. Quando si apre il proprio cuore, si accoglie totalmente una persona. Una persona dal cuore grande è una persona aperta, che sa andare incontro al prossimo. Opposta a questa è la persona chiusa, che

non ascolta il proprio cuore, che non conosce sentimenti cordiali. Questa persona non donerebbe mai il proprio cuore, perché in questo caso dovrebbe donare se stesso, e anzi cerca di non smarrire il cuore. Chi invece ha il cuore tenero, rischia di amare gli altri di tutto cuore, cioè senza limiti e senza confini. Questi sentimenti indicano tendenzialmente un superamento della polarità, che richiede limiti e confini per tutto.
Queste due possibilità le troviamo simbolizzate nel cuore. Il nostro cuore anatomico è separato dalla parete cardiaca, e il battito cardiaco è un ritmo in due tempi. Poi con la nascita e con l'ingresso nella polarità del primo respiro la parete cardiaca divisoria si chiude e la cavità cardiaca e la circolazione diventano due, fatto che il neonato vive sempre con terrore. D'altra parte il simbolo del cuore, così come lo disegnerebbe un bambino, consiste di due arrotondamenti in alto che finiscono m basso con una punta. Dalla dualità si crea un'unità. E così il cuore è anche simbolo di amore e di unità. È questo che intendiamo quando diciamo che il bambino cresce vicino al cuore della mamma. Dal punto di vista anatomico, questa espressone sarebbe priva di senso - qui il cuore simboleggia il centro dell'amore e non importa quindi che anatomicamente il cuore si trovi nella parte superiore del corpo, mentre il bambino in realtà si sviluppa nella parte inferiore, nel ventre materno.
Si potrebbe anche dire che l'uomo ha due centri, uno superiore e uno inferiore: testa e cuore, intelletto e sentimento. a una persona completa ci aspettiamo che entrambe le funzio

ni siano presenti e in equilibrio armonico. L'uomo che ragiona soltanto con l'intelletto, risulta freddo e unilaterale. Chi vive soltanto dei propri sentimenti, ci fa spesso un effetto poco chiaro e disordinato. Soltanto quando le due funzioni si completano reciprocamente e si arricchiscono, la persona ci appare completa.
Le molte formulazioni in cui ricorre il cuore ci mostrano che ciò che distoglie il cuore dal suo ritmo abituale è sempre un'emozione: può essere la paura che fa correre il cuore all'impazzata o lo fa quasi fermare, o la gioia oppure l'amore che accelerano tanto il ritmo cardiaco che si sente battere il cuore fino in gola. Nei disturbi del ritmo cardiaco avviene la stessa cosa: soltanto che non si nota l'emozione corrispondente. Il problema è tutto qui: i disturbi del ritmo cardiaco colpiscono le persone che non si fanno smuovere da " nessuna emozione " dal loro normale equilibrio. Allora il cuore impazzisce, perché la persona non osa farsi toccare dalle emozioni. Si attiene alla ragione e alle norme e non è disponibile a farsi distogliere dal suo ritmo né da sentimenti né da emozioni di sorta. Non vuole turbare l'equilibrio armonico della propria vita in alcun modo. Però in questi casi le emozioni si somatizzano e il cuore comincia a dar dei pensieri. Il battito cardiaco fa i capricci e costringe in questo modo la persona a dare finalmente ascolto al proprio cuore.
Normalmente noi non ci rendiamo conto del nostro battito cardiaco - lo sentiamo e lo avvertiamo soltanto sotto l'impulso di un'emozione o per malattia. Il nostro battito cardiaco arriva per noi a livello di coscienza quando qualcosa ci eccita o qualcosa ci modifica. Qui abbiamo la chiave necessaria per capire tutti i sintomi cardiaci: essi costringono l'uomo a dare di nuovo ascolto al proprio cuore. I malati di cuore sono persone che vogliono ascoltare solo la propria testa e danno

troppo poco peso al cuore. Questo fatto risulta con particolare chiarezza nei malati di nevrosi cardiaca. La nevrosi cardiaca è una paura non giustificata per i propri problemi cardiaci, che induce a prestare al cuore un'attenzione patologica ed esagerataLa paura di un infarto è in queste persone così grande che sono disposte a modificare radicalmente tutta la loro vita.
Se consideriamo simbolicamente questo comportamento ve diamo con quale grandiosa saggezza e ironia lavori la malatti

chi soffre di nevrosi cardiaca viene costretto a osservare costantemente il proprio cuore e a subordinare la propria vita in tutto e per tutto alle necessità del cuore. Questa persona ha una tale paura del proprio cuore che teme che si possa fermare da un momento all'altro. La malattia lo costringe a rimettere il cuore al centro della propria coscienza - e questo senza dubbio induce a ridere di cuore.
Nel caso della nevrosi cardiaca tutto avviene a livello psichico; nell'angina pectoris tutto il processo è sceso invece a livello corporeo. I vasi sanguigni sono induriti e stretti e il cuore non riceve più nutrimento sufficiente. Qui non c'è molto da interpretare perché tutti sanno che cosa significa avere un cuore indurito, un cuore di pietra. " Angina " significa letteralmente strettezza, e " angina pectoris " strettezza del cuore. Mentre il malato di nevrosi cardiaca vive questa strettezza come paura, nell'angina pectoris essa si manifesta concretamente. Un simbolismo originale mostra qui la terapia adottata dalla medicina ufficiale; in caso di bisogno si dà al malato di cuore capsule alla nitroglicerina (per esempio nitrolingual): in altre parole, esplosivo. In questo modo si spezza la strettezza per dar di nuovo spazio al cuore nella vita del malato. I malati di cuore hanno paura per il loro cuore - e hanno ragione di averla.
Certuni però non capiscono quello che la malattia vuol loro dire. Quando la paura del sentimento è diventata così forte da non poter più essere contenuta, ci si fa impiantare un pacemaker (stimolatore cardiaco). Così il ritmo vitale viene sostituito da una macchina, che prende adesso il posto del sentimento. Si perde flessibilità e capacità di adattamento, ma non si è più minacciati dai salti di un cuore vivo. Chi ha un cuore " stretto ", diviene vittima del proprio Io e dei propri desideri di potere.
Tutti sanno che l'alta pressione è predisponente per l'infarto. Già abbiamo visto che l'ipertonico è una persona che ha una sua aggressività, però la trattiene con l'autocontrollo. Questo fiocco di energia aggressiva si scarica nell'infarto cardiaco, che spezza il cuore.
L'infarto cardiaco è la somma di tutte le emozioni non espresse, dei sentimenti non manifestati. Nell'indo la persona capisce la saggezza di quell'antico detto che erma che l'eccessiva valutazione dell'Io e della propria domante volontà ci separa dal fiume della vita. Soltanto un cuore duro può spezzarsi!

Malattie cardiache
Chi ha disturbi e malattie cardiache dovrebbe porsi queste domande:
1. In me testa e cuore, ragione e sentimenti sono in equilibrio armonico?
2. Vivo e amo con tutto il cuore o soltanto con metà del mio cuore?
3. Do spazio sufficiente ai miei sentimenti e ho il coraggio di manifestarli?

4. La mia vita va avanti seguendo un ritmo vivace o la costringo a regole troppo rigide?
5. Nella mia vita c'è ancora carburante ed esplosivo?
6. Do ascolto al mio cuore?

Disturbi al tessuto connettivo Vene varicose Trombosi
Il tessuto connettivo (mesenchima) unisce tutte le cellule specifiche e collega i singoli organi e unità funzionali facendone un tutto. Un tessuto connettivo debole toglie sicurezza alla persona, dà tendenza all'arrendevolezza e alla mancanza di tensione interiore. Queste persone di regola sono facilmente vulnerabili e un po' permalose. Nel corpo questa caratteristica si rivela nelle macchie blu che si presentano al più piccolo urto.
La tendenza alle vene varicose è strettamente collegata alla debolezza del tessuto connettivo. Il sangue si concentra nelle vene superficiali delle gambe e non ritorna al cuore in misura sufficiente. La circolazione ha quindi un peso eccessivo nel polo inferiore dell'uomo. Questo mostra il forte legame con la terra ed è espressione di una certa pigrizia e pesantezza. Queste persone mancano di tensione ed elasticità. Anche in questi casi vale quello che abbiamo detto a proposito dell'anemia e della bassa pressione.
La trombosi è il blocco di una vena ad opera di un grumo di sangue. Il vero e proprio pericolo della trombosi consiste nel fatto che il grumo di sangue può rimettersi in moto, arrivare ai polmoni e produrre un'embolia. Il problema rappresentato da questo sintomo è facilmente riconoscibile. Il sangue, che dovrebbe essere fluido e scorrevole, diviene denso e pesante, così che tutta la circolazione risulta stagnante.
Uno scorrimento veloce presuppone sempre la capacità di trasformarsi. Nella misura in cui una persona smette di trasformarsi, nel suo corpo si manifestano sintomi che limitano o bloccano il libero fluire. L'agilità esteriore presuppone sempre un'agilità interiore. Se l'uomo nella sua coscienza diviene pigro e le sue idee diventano opinioni e giudizi fissi e immutabili, ben presto si irrigidisce anche il corpo, che dovrebbe invece essere sciolto. È noto che la permanenza a letto aumenta il pericolo di una trombosi. Rimanendo a letto si mostra però m modo inequivocabile che il polo del movimento non viene più vissuto. " Tutto scorre ", diceva Eraclito. In una forma di esistenza polare la vita si manifesta come movimento e mutazione. Ogni tentativo di restare aderenti a un solo polo finisce Per portare alla stagnazione e alla morte. L'immutabile, ciò che eternamente è, lo troviamo soltanto al di là della polarità, "er giungervi, dobbiamo affidarci al mutamento, perché solo il Mutamento ci conduce fino a ciò che è immutabile.

11. Apparato locomotore e nervi
Il portamento
Se parliamo del portamento di una persona, non si capisce bene se intendiamo il portamento corporeo o quello interiore. Ciò nonostante questa ambiguità verbale non porta a malintesi, perché l'atteggiamento esteriore corrisponde a quello interiore. Nell'esteriorità si rispecchia l'interiorità. Così per esempio parliamo di una persona retta, che significa onesta ma anche diritta nel portamento. Un animale non può mai essere " retto ", perché non si è mai messo a camminare su due gambe soltanto. L'uomo però in tempi antichissimi ha fatto questo passo fondamentale e si è messo diritto, avendo così la possibilità di rivolgere lo sguardo verso l'alto, verso il cielo e l'occasione di diventare dio. Al tempo stesso si esponeva al pericolo dell'orgoglio di credersi dio.
Le possibilità e i pericoli della posizione diritta si mostrano chiaramente anche sul piano corporeo. Le parti deboli del corPo" che nell'animale a quattro zampe sono ben protette dal suo

portamento, risultano nell'uomo che cammina totalmente prive di protezione. Questa mancanza di protezione e questa conseguente grande vulnerabilità porta con sé una grande apertura e ricettività. È soprattutto la colonna vertebrale che rende possibile il nostro portamento eretto. È lei che rende l'uomo sicuro e agile, che gli dà forza e flessibilità.
Abbiamo detto che il portamento interiore e quello esteriore si corrispondono, e questa analogia risulta anche da certe espressioni: ci sono uomini retti e uomini che si piegano con facilità; conosciamo gente rigida e dura e gente che preferisce strisciare; a certuni manca il portamento, non sanno comportarsi.
Noi individuiamo subito come innaturale quel portamento che non corrisponde all'essere interiore umano, perché è proprio dal portamento naturale che riconosciamo l'uomo. Se una malattia costringe la persona a un determinato portamento che volontariamente non assumerebbe mai, questo atteggiamento ci mostra qualcosa che non è vissuto interiormente. Considerando una persona dobbiamo imparare a distinguere se essa si identifica col suo atteggiamento esteriore oppure se deve assumere un atteggiamento contro la propria volontà. Nel primo caso nel portamento modificato dalla malattia si nota una zona d'ombra che la persona, se potesse scegliere, non vorrebbe avere. Per esempio un individuo che cammina diritto e sicuro, sempre a testa alta, mostra una certa inavvicinabilità, orgoglio, elevatezza e sincerità. Una persona del genere mostrerà però al tempo stesso tutte le sue altre qualità. Non le smentirebbe certamente.
Ben diverse sono invece le cose per esempio se la persona è colpita alla colonna vertebrale dal morbo di Becterev. Qui si somatizza un egocentrismo non vissuto a livello consapevole e una mancanza di arrendevolezza che il paziente non vede. Nel morbo di Becterev col tempo la colonna vertebrale si calcifica, il dorso diviene rigido e la testa si piega in avanti, in quanto la curva ad S della colonna sparisce o assume un andamento contrario alla norma. Il paziente è costretto a constatare direttamente fino a che punto sia rigido, non cedevole, non flessibile. Uguale è la problematica che si esprime nel dorso curvo o nella gobba: nella gobba si manifesta l'umiltà non vissuta.

Dischi intervertebrali e sciatica

A causa della pressione le cartilagini che si trovano tra le vertebre, specialmente nella zona lombare, vengono spostate lateralmente e premono sui nervi, fatto che provoca vari dolori tra cui la sciatica, la lombaggine, ecc. Il problema di questo sintomo è il sovraccarico. Chi si carica sulle spalle pesi troppo grandi e non se ne rende conto, avverte questa pressione nel corpo sotto forma di dolori ai dischi intervertebrali. Il dolore costringe la persona a stare più tranquilla, perché ogni movimento, ogni attività provoca dolore. Questa regolamentazione utile e necessaria viene da molti sostituita da tranquillanti, per poter continuare a svolgere la propria abituale attività. Invece bisognerebbe approfittare dell'occasione per meditare una buona volta in pace sul perché ci si è tanto sovraccaricati, al punto che la pressione è diventata troppo grande. Caricarsi troppo serve soltanto al tentativo di apparire esteriormente grandi e bravi e per compensare con le azioni un senso interiore di inferiorità.

Dietro alle attività frenetiche si cela sempre insicurezza e senso di inferiorità. La persona che ha veramente trovato se stessa, non corre più: semplicemente è. Ma dietro a tutte le piccole e grandi azioni e prestazioni della storia mondiale stanno sempre uomini spinti a compiere gesta esteriormente grandi dal loro interiore senso di inferiorità. Attraverso le loro azioni vogliono dimostrare al mondo qualcosa, sebbene in realtà nessuno pretenda o si aspetti niente del genere - escluso l'interessato stesso. Lui vuole sempre dimostrare qualcosa, ma la domanda è: che cosa? Chi fa molto, dovrebbe chiedersi perché lo fa, in modo da evitare un giorno delusioni troppo grandi. Chi è sincero con se stesso, troverà facilmente la risposta: fa tutto questo per essere riconosciuto, apprezzato e amato. In effetti la ricerca di amore è l'unica motivazione nota per l'azione, però questo tentativo finisce sempre in maniera insoddisfacente, in quanto la meta non è raggiungibile con questo mezzo. L'amore infatti non ha scopi, l'amore non ce lo possiamo guadagnare. " Io ti amo se mi dai 10 milioni ", oppure: " Io 11 amo se diventi il miglior campione di calcio ", sono discorsi e pretese assurdi. Il segreto dell'amore lo troviamo quindi nel1 amore materno. Dal punto di vista oggettivo, un bambino regala alla mamma soltanto fatiche e scomodità. La mamma

però non lo avverte, perché ama il suo bambino. Perché? Pejquesto non ci sono risposte. Se ce ne fossero, non sarebbe amore. Ognuno ha nostalgia - a livello conscio o inconscio - di un amore puro, senza condizioni, che vale soltanto per me ed è indipendente da ogni altra cosa.
Il senso di inferiorità è quella sensazione per cui si ritiene che la propria persona non possa essere degna di attenzione e di amore come invece sarebbe. Di conseguenza chi soffre di questo complesso comincia a cercare di rendersi piacevole diventando sempre pili bravo, intelligente, ricco, famoso, ecc. In questo modo cerca di piacere; tuttavia, se a questo punto qualcuno lo ama gli resta sempre il dubbio di essere amato " solo " per la sua bravura, la sua attività, la sua ricchezza o la sua fama. Ha sbarrato dentro di sé la via del vero amore. Il riconoscimento della propria attività non soddisfa la nostalgia che ha indotto la persona a svolgere quell'attività stessa. Per questo è necessario confrontarsi in tempo coi propri complessi di inferiorità; chi non vuole vederli e si sovraccarica di compiti e doveri, diventa veramente più piccolo fisicamente. In un certo senso si insacca per lo schiacciamento dei dischi intervertebrali e i dolori gli fanno assumere un portamento curvo. Il corpo mostra sempre la verità.
Il compito dei dischi intervertebrali è quello di rendere possibile il movimento e l'elasticità. Se sopravviene un blocco dei dischi, il nostro portamento diviene rigido e statico e spesso assumiamo posizioni strane. Gli stessi rapporti valgono sul piano psicologico. Se una persona è " bloccata ", gli manca ogni apertura e ogni movimento - diviene rigida e fissa nella propria posizione interiore. La chiropratica può far molto a livello di dischi spostati: con una torsione decisa e veloce riassesta la posizione e dà ai dischi la possibilità di ritrovare un contatto naturale (" solve et coagula ").
Anche le anime bloccate possono essere rimesse a posto nel modo migliore allo stesso modo degli arti e della spina dorsale: bisogna distoglierle con un colpo deciso e improvviso dalla loro posizione per dar loro la possibilità di orientarsi nuovamente e di ritrovarsi. Di questo colpo le persone bloccate hanno la stessa paura che i pazienti hanno

dell'intervento chiropratico. In entrambi i casi è la decisione e la forza del colpo che esprime la possibilità di successo.

Le articolazioni

Le articolazioni sono responsabili della mobilità della persona. Molti sintomi che possono manifestarsi nelle articolazioni portano all'infiammazione e al dolore e di conseguenza alla limitazione del movimento fino all'irrigidimento. Se un'articolazione si irrigidisce, significa che il paziente si è irrigidito su qualcosa. Un'articolazione rigida perde la sua funzione - se ci si irrigidisce su un argomento o un sistema, questo perde la sua funzione. Una schiena dura, rigida tradisce la testardaggine del suo possessore. In genere è sufficiente fare attenzione al linguaggio per apprendere il significato di un sintomo: teniamo conto che, oltre a infiammarsi e irrigidirsi, un'articolazione può anche bloccarsi, deformarsi, torcersi. Ecco dunque che si dice: Distendere una cosa - deformare una situazione - bloccare qualcuno o qualcosa - essere girati male. Si può rimettere a posto non soltanto un'articolazione, ma anche situazioni e rapporti.

Nella riduzione chiropratica l'articolazione viene rimessa al suo posto con un colpo deciso; e questa tecnica ha un parallelo in psicoterapia. Se una persona ha perso il baricentro, la si può lasciare continuare in questo atteggiamento finché arriva al limite estremo da cui è possibile recuperare il centro. E più facile emergere da una situazione se si è arrivati all'estremo limite. Tuttavia i più non arrivano a questo punto, e restano a metà strada. I più fanno quello che fanno a livello medio, per questo restano bloccati nei loro punti di vista e vivono così pochi cambiamenti. Tuttavia ogni polo ha 1 suoi limiti, raggiunti i quali si rimbalza al polo opposto. Così da una tensione estrema si può facilmente arrivare alla distensione (training di Jakobsen). Per questo è stata la fisica, "a prima delle scienze esatte, a scoprire la metafìsica, per questo i movimenti per la pace diventano militanti. Il centro deve essere conquistato dall'uomo con fatica - il tentativo di arrivarci subito porta alla mediocrità.

Può capitare che anche il movimento sia tanto esasperato da trasformarsi in immobilità. Le alterazioni meccaniche delle articolazioni mostrano sovente questo limite, mostrano che ab ¦arno tanto esasperato un polo o un indirizzo da metterlo in lscussione. Si è andati troppo avanti, si è esasperata una si uazione e per questo è bene rivolgersi al polo opposto.

La medicina moderna rende possibile sostituire varie articolazioni con protesi artificiali, e questo avviene con particolare frequenza nell'articolazione dell'anca (endoprotesi). Come abbiamo già fatto notare, una protesi è sempre una menzogna, per. che qualcosa che non esiste viene simulato artificialmente. Se una persona è interiormente rigida e immobile, però finge a livello esteriore di essere agile, il sintomo dell'anca la induce a una maggiore sincerità. Questa correzione viene resa inutile da un'articolazione artificiale, cioè da una nuova menzogna, e a livello corporeo continua ad essere mostrata un'agilità che in realtà non esiste.

Per farsi un'idea della mancanza di sincerità che viene resa possibile dalla medicina, si provi a immaginare questa situazione: ammettiamo che con un colpo di bacchetta magica sia possibile far sparire in tutte le persone le protesi artificiali e gli strumenti di correzione: occhiali e lenti a contatto, apparecchi acustici, articolazioni artificiali, denti finti. I visi " tirati " col lifting riprendono il loro aspetto originale, i pacemaker spariscono e così tutto quello che era artificialmente impiantato nell'uomo: si tratta in genere di materiale in

plastica e acciaio. Lo spettacolo che si verrebbe ora ad offrire sarebbe spaventoso!
Adesso, con un altro colpo di bacchetta magica, facciamo sparire tutti i successi della medicina, quelli che evitano all'uomo la morte: ci troveremo così in mezzo a cadaveri, storpi, zoppi, mezzi ciechi, sordi. Sarebbe uno spettacolo tremendo - ma sarebbe sincero! Sarebbe l'espressione visibile dell'anima umana. Molta arte medica ha reso possibile evitare questa vista spaventosa ricostruendo diligentemente il corpo dell'uomo e integrandolo con protesi di tutti i generi, così che alla fine egli appare vero, autentico e vivo. Ma che ne è stato delle anime? In loro nulla è cambiato - loro continuano ad essere morte o cieche, sorde, rigide, rattrappite, curve: noi però non ce ne rendiamo conto perché non le vediamo. Per questo la paura della sincerità è così grande. È la storia del ritratto di Dorian Gray. Con abili trucchi si può ottenere per un certo tempo bellezza e gioventù - però quando finalmente si viene confrontati con la propria vera immagine interiore la paura è grande. Il lavoro costante alla nostra anima sarebbe molto più importante delle cure attente che dedichiamo al nostro corpo, perché il corpo è passeggero, la coscienza no.

Apparato locomotore e nervi j 11')
I disturbi reumatici
U termine reumatismo è un concetto globale che indica un gruppo di sintomi relativi a dolorose modificazioni dei tessuti, che si manifestano soprattutto nelle articolazioni e nella muscolatura. Il reuma è sempre unito a un'infiammazione che può essere acuta o cronica. Il reuma porta a gonfiori dei tessuti e della muscolatura, a deformazioni e indurimenti delle articolazioni. Il dolore limita a tal punto la capacità di movimento che si può arrivare anche a forme di invalidità. I disturbi alle articolazioni e alla muscolatura si manifestano in maniera violenta dopo periodi di stasi e migliorano se il paziente muove le sue articolazioni. L'inattività porta col tempo a un calo della muscolatura e a una deformazione dell'articolazione interessata.
La malattia inizia per lo più con una rigidità mattutina delle articolazioni accompagnata da dolori; le articolazioni sono gonfie e spesso arrossate. In genere le articolazioni sono colpite simmetricamente e i dolori si spostano dalle piccole articolazioni periferiche alle grandi articolazioni. Il decorso della malattia è cronico e gli irrigidimenti si manifestano gradualmente.
Il quadro patologico prevede un progressivo irrigidimento che arriva fino a forti deformazioni. Per altro chi è colpito da poliartrite si lamenta poco, mostra grande pazienza e una sorprendente indifferenza nei confronti del proprio dolore.
Il decorso della poliartrite ci mostra con particolare evidenza il tema centrale di tutte le malattie dell'apparato locomotore: movimento/sosta, agilità/rigidità. Nell'anamnesi di quasi tutti i malati di reumatismo troviamo un'attività esasperata e una forte mobilità. Si tratta di persone che hanno praticato sport anche a livello agonistico, che hanno lavorato molto in casa e in giardino, che sono state instancabilmente attive e si sono molto sacrificate per gli altri. Sono quindi persone attive, agili, irrequiete, su cui la poliartrite tende la sua rete di rigidità e durezza finché non sono costrette a stare finalmente in pace. Si ha l'impressione che troppa attività ed eccessivo movimento siano corretti dall'immobilità.
Questo discorso potrà forse stupire dopo quanto abbiamo detto a proposito della necessità di cambiamento e movimento. Il rapporto diviene chiaro soltanto se ci ricordiamo di nuovo che la malattia corporea rende sinceri. Nel caso della poliartrite ciò significherebbe che queste persone in realtà sono sta

tiche. La superattività e l'agilità che ritroviamo quasi sempre prima della malattia si riferiscono soltanto all'elemento corporeo e compensano la rigidità della coscienza. Già la parola rigido è imparentata col rigore della morte.
Questi concetti si adattano tutti al tipo del paziente di poliartrite, il cui profilo della personalità è ben noto in quanto la psicosomatica già da mezzo secolo ha studiato questo gruppo di pazienti. Tutti i ricercatori sono d'accordo nel ritenere che " il carattere del malato di poliartrite presenta un tratto di perfezionismo e superattivismo, una tendenza masochisticodepressiva con forte bisogno di sacrificarsi ed esagerata volontà di aiutare gli altri, unito a un comportamento ipermoralistico e tendenza all'umore depresso " (la citazione è tratta dal testo del Brautigam). Queste caratteristiche mostrano l'autentica rigidità e testardaggine delle persone, mostrano quanta poca flessibilità e agilità esse abbiano in realtà nella propria coscienza. Questa immobilità interiore viene semplicemente ipercompensata dall'attività sportiva e dall'irrequietezza fisica e serve quindi soltanto come meccanismo di rimozione della propria grande fissità. La grandissima tendenza di questi pazienti a praticare attività sportiva anche a livello agonistico ci porta a un altro tema centrale: l'aggressività. Il reumatico limita la sua aggressività al piano motorio, ovvero blocca l'energia a livello di muscolatura. La misurazione sperimentale dell'elettricità muscolare dei reumatici ha mostrato chiaramente che stimoli di tutti i tipi portano a un aumento della tensione muscolare, specie di quella delle articolazioni. Queste misurazioni fanno ipotizzare che il reumatico domini a forza i propri impulsi aggressivi e li trasferisca a livello solo corporeo. L'energia che non viene scaricata resta inutilizzata e legata alla muscolatura delle articolazioni e li si trasforma in infiammazione e dolore. Ogni dolore è sempre il risultato di un'azione aggressiva. Se io do libero corso alla mia aggressività e la scarico su un altro, e la mia vittima che sente dolore. Se domino l'impulso aggressivo, questo si ritorce contro di me e sono io che avverto il dolore (autoaggressività). Chi ha dei dolori, dovrebbe sempre chiedersi a chi in realtà essi erano rivolti.
Nell'ambito delle forme reumatiche c'è un sintomo speciale nel quale per l'infiammazione dei tendini dei muscoli dell'avanbraccio a livello di gomito la mano si chiude a pugno (epicondilopatia cronica). Questo " pugno chiuso " mostra con estrema

evidenza l'aggressività repressa e il desiderio nascosto " di dare finalmente un pugno sul tavolo ". Una tendenza analoga si rivela nella contrazione di Dupuytren, che non consente più di aprire bene la mano. La mano aperta è però simbolo di disponibilità alla pace. Quando tendiamo la mano per salutare qualcuno, facciamo un gesto istintivo: gli offriamo la mano vuota e aperta, affinché veda che non si ha in mano arma alcuna e ci si avvicina con intenzioni pacifiche. Lo stesso simbolismo vale quando agitiamo la mano da lontano in segno di saluto: la mano è sempre aperta. Se la mano aperta esprime intenzioni pacifiche e concilianti, il pugno chiuso ha sempre indicato ostilità e aggressività.

Il reumatico non può sopportare la propria aggressività, altrimenti non la reprimerebbe e bloccherebbe; dato che però l'istinto aggressivo c'è, gli provoca forti sensi di colpa inconsci che portano a grande disponibilità ad aiutare gli altri e a sacrificarsi per loro. Nasce una strana combinazione di servizio altruistico e tendenza parallela a dominare l'altro, un atteggiamento che si potrebbe definire " benevola tirannia ". Spesso la malattia si manifesta proprio quando a causa di un mutamento di vita viene sottratta la possibilità di compensare col servizio i sensi di colpa. Anche la varietà dei sintomi collaterali mostra l'importanza centrale dell'ostilità repressa: si tratta soprattutto di dolori di stomaco e di intestino, sintomi cardiaci, frigidità e disturbi della potenza maschile, paura e depressione. Anche il fatto che la poliartrite si manifesta molto più nelle donne che negli uomini si spiega per il fatto che le donne hanno maggiori difficoltà a vivere consapevolmente i propri impulsi ostili e aggressivi.
La medicina naturale riconduce il reuma a un accumulo di tossine nel tessuto connettivo. Le tossine accumulate simbolizzano dal nostro punto di vista problemi non elaborati, temi non digeriti, che non si è riusciti a risolvere e che si sono invece immagazzinati nell'inconscio. È da questo concetto che prende le mosse il digiuno terapeutico. Eliminando totalmente il nutrimento, l'organismo è costretto a divorare se stesso e quindi a bruciare e ad elaborare le scorie. Questo processo corrisponde ln campo psicologico all'elaborazione e alla presa di coscienza di temi fino a quel momento repressi e rimossi. Il reumatico Però non vuole affrontare i suoi problemi. È troppo rigido e statico per farlo - si è irrigidito su certe cose. Ha trop

pa paura di sondare onestamente il proprio altruismo, la propria disponibilità, la propria capacità di sacrificio, le proprie norme morali. Così il suo egoismo, la sua immobilità, la sua incapacità ad adattarsi, il suo desiderio di potere e la sua aggressività restano nell'ombra e si somatizzano nel corpo sotto forma di irrigidimento e immobilità, che finiscono per metter fine alla non sincera disponibilità al servizio.
Disturbi motori: torcicollo, crampo dello scrittore
Il tratto comune di questi disturbi è che il paziente perde in parte il controllo sulle funzioni motorie, che normalmente sono soggette a un influenzamento volontario. Certe funzioni sfuggono al controllo della sua volontà e questo avviene particolarmente quando si sente osservato o si trova in situazioni in cui vuole trasmettere ad altri una determinata impressione. Nel torcicollo (torticollis spasticus) la testa si torce lentamente o violentemente da una parte, finché talora si arriva a una deviazione completa della testa. In genere dopo alcune ore la testa può tornare a una posizione normale. È sorprendente come certi piccoli aiuti, come porsi le dita sotto il mento o anche l'utilizzo di un sostegno per la nuca, facilitano al paziente la posizione diritta della testa. In particolare però la propria posizione soggettiva nello spazio influisce sul portamento del collo. Se il paziente sta con le spalle al muro e può appoggiare la testa alla parete, per lo più riesce senza difficoltà a tenere la testa diritta.
Questa caratteristica, come del resto la dipendenza del sintomo da particolari situazioni (o persone) ci mostrano il problema di base di tutti questi disturbi: il paziente ruota intorno al polo

sicurezza/insicurezza. I disturbi motori, cui appartengono anche i tic, svelano una sicurezza dimostrativa che una persona vuole mostrare agli altri, e indicano che questa persona non soltanto non possiede alcuna sicurezza, ma non ha neppure il controllo di se stessa. È sempre stato un segno di coraggio e valore guardare bene in faccia una persona e fissarla negli occhi senza batter ciglio. Ma proprio nelle situazioni che premono in modo particolare, nella persona affetta da torcicollo la testa si gira da sola da una parte. Sorge così sempre piu paura quando si devono incontrare persone importanti, oppure

si deve andare in società - e questa paura è autentica. A causa del sintomo si evitano ora certe situazioni, come del resto nella vita si cerca sempre di evitare le situazioni sgradevoli. Non si prende atto dei propri conflitti né di una parte del mondo, quella che ci è meno gradita. Il portamento diritto costringe la persona a guardare negli occhi le esigenze e le provocazioni del mondo, e a fissarle senza esitazioni. Se però si gira la testa, questo confronto viene evitato. Si diviene " unilaterali " e si distoglie lo sguardo da quello con cui non ci si vuole confrontare. Si comincia a vedere le cose " girate " e " storte ". È su questo concetto che si basa il detto rivoltare la testa a qualcuno. Questo attacco psichico ha lo scopo di far perdere di vista alla persona in questione la propria direzione, in modo che poi segua l'altro senza più una volontà propria.
Una situazione analoga troviamo nel crampo dello scrittore e nei crampi alle dita dei pianisti e dei violinisti. Nella personalità di questi pazienti troviamo sempre un estremo orgoglio e pretese altissime. Le persone interessate tendono ad ascendere socialmente, ma esteriormente dimostrano una grande modestia. Vogliono colpire solo con le loro abilità (scrittura, musica). Il sintomo del crampo alla mano rende sinceri: mostra tutta la " tortuosità " dei loro sforzi e indica che in realtà queste persone "non hanno niente da dire (o da scrivere)".
Mangiarsi le unghie
Il mangiarsi le unghie non rientra nei disturbi motori, tuttavia l'abbiamo inquadrato in questo gruppo per certe somiglianze puramente esteriori. Anche il mangiarsi le unghie viene vissuto come una sorta di costrizione, che vince il controllo volontario della mano. Non soltanto i bambini e i giovani si mangiano le unghie, spesso anche gli adulti soffrono per decenni di questo sintomo difficilmente curabile. La base psichica del mangiarsi le unghie è evidente e questo fatto dovrebbe essere di aiuto a molti genitori quando si accorgono che il loro bambino presenta questo sintomo. Infatti proibizioni, minacce e punizioni sono in questo caso le reazioni meno appropriate.
Pensiamo all'espressione mostrare le unghie: è abbastanza simile a digrignare i denti. Entrambe indicano la disponibilità

a combattere. L'atto di mangiarsi le unghie equivale a una castrazione della propria aggressività. Chi si mangia le unghie ha paura della propria aggressività e smussa quindi simbolicamente le proprie armi. Mangiandosi le unghie si consuma già una parte di aggressività, la si dirige esclusivamente verso se stessi: si morde e quindi si elimina la propria aggressività.
Le donne soffrono del sintomo qui descritto specialmente perché invidiano le altre donne per le loro belle unghie lunghe e laccate di rosso. Le unghie lunghe laccate del colore rosso (il colore di Marte) sono un

simbolo di aggressività particolarmente bello e luminoso - e queste donne portano in bella vista le loro unghie e la loro disponibilità ad aggredire. È ovvio che vengano invidiate da quelle che non osano mostrare la propria aggressività e le proprie armi. Anche il voler avere queste belle unghie rosse è soltanto la formulazione esteriore del nascosto desiderio di potere un giorno essere così apertamente aggressive.
Se un bambino comincia a mangiarsi le unghie, significa che si trova in una fase in cui non osa mostrare agli altri la propria aggressività. In questi casi i genitori dovrebbero meditare attentamente se, nella loro educazione e attraverso il loro comportamento, hanno represso o valutato negativamente l'atteggiamento aggressivo. Bisognerebbe allora tentare di creare per il bambino un ambiente di vita in cui possa trovare il coraggio di realizzare la propria aggressività senza sentimenti di colpa. In genere un simile comportamento suscita paura, perché se i genitori non avessero problemi con l'aggressività non avrebbero bambini che si mangiano le unghie. Sarebbe quindi un processo molto sano per tutta la famiglia se cominciassero a mettere in discussione il proprio comportamento non sincero e ipocrita e cominciassero a vedere cosa c'è dietro la facciata. Una volta che il bambino ha imparato a mettersi sulle difensive invece di rispettare le paure dei genitori, smetterà anche di mangiarsi le unghie. Fintanto che però i genitori non sono disponibili a trasformarsi loro stessi, non dovrebbero lagnarsi dei sintomi dei loro figli. I genitori non hanno colpa dei disturbi dei figli, però i figli riflettono nelle loro turbe i problemi dei genitori.

Balbuzie
La lingua è qualcosa di fluente - parliamo infatti di stile fluido, di flusso di parole. Nella balbuzie la lingua non fluisce più: si intralcia, si impiglia, viene come castrata. Se qualcosa vuole fluire, ha bisogno di ampiezza - e il balbuziente blocca il flusso del linguaggio attraverso una sorta di strettoia nella gola. Abbiamo già avuto occasione di dire che strettezza e paura sono strettamente legate. Nel balbuziente la paura si è annidata in gola. La gola è il collegamento (per altro già stretto) e la porta di passaggio tra corpo e testa, tra sotto e sopra.
A questo punto dovremmo ricordare tutto ciò che è stato detto nel capitolo sull'emicrania a proposito del simbolismo tra sopra e sotto. Chi balbetta cerca di restringere al massimo la gola nella sua funzione di porta di passaggio, per potere in questo modo controllare il più possibile quello che dal basso fluisce verso l'alto, e analogamente quello che dall'inconscio vuole raggiungere il superconscio. È lo stesso principio di difesa che troviamo in antiche strutture difensive, che presentano soltanto ingressi piccolissimi, ben controllabili. Questi piccoli ingressi creano sempre un blocco e impediscono il libero fluire. Il balbuziente controlla la gola perché ha paura di quello che sale dal basso e vuole raggiungere il livello della coscienza - lo strozza nella gola.
Tutti conosciamo l'espressione sotto la cintola, che si riferisce in realtà al " pericoloso " campo sessuale. La cintola serve da confine tra il campo inferiore, " sporco e pericoloso ", e quello superiore, pulito e permesso. Il balbuziente ha portato questo confine fino alla gola, perché avverte come pericoloso tutto il corpo e gli pare che soltanto la testa sia limpida e pulita. Analogamente al paziente di emicrania, anche il balbuziente sospinge la propria sessualità nella testa, e così evita di aprirsi alle esigenze del corpo, la cui pressione diventa sempre più forte e preoccupante via via che viene repressa. Il sintomo della balbuzie viene infine addotto come causa delle difficoltà di contatto - e così il cerchio infernale si chiude.
Il bambino che balbetta ha paura di lasciar libero corso a qualcosa che urge. Blocca il fiume per poterlo controllare meglio. È indifferente che si voglia chiamare questo impulso sessualità o aggressività, o che nel

caso di un bambino si preferiscano altre espressioni: il balbuziente non esprime liberamen

te quello che deve essere espresso. Il linguaggio è il mezzo che serve ad esprimersi. Se però si oppone una pressione a ciò che dal basso preme verso l'alto, si mostra di aver paura di quello che vuole esprimersi. Non si è più aperti. Se un balbuziente riesce per una volta ad aprirsi veramente, butta fuori un torrente di sesso, aggressività e parole. Una volta che tutto ciò che era inespresso viene finalmente espresso, non c'è più alcun motivo di continuare a balbettare.

12. Incidenti

Molti reagiscono con stupore quando si sentono dire che gli incidenti indicano le stesse cose delle altre malattie. Pensano infatti che gli incidenti siano qualcosa di totalmente diverso - qualcosa che viene da fuori e di cui difficilmente ci si sente responsabili. Simili argomentazioni mostrano ancora una volta quanto sia scorretto e confuso il nostro modo di ragionare e fino a che punto noi adattiamo il nostro pensiero e le nostre teorie a desideri inconsci. Noi tutti avvertiamo come estremamente sgradevole il fatto di doverci assumere la piena responsabilità della nostra esistenza e di quello che ci capita nella vita. Costantemente cerchiamo di proiettare le colpe sugli altri, e ci arrabbiamo se qualcuno scopre queste proiezioni. La maggior parte delle attività scientifiche serve appunto allo scopo di sostenere teoricamente e legalizzare le proiezioni. Dal punto di vista umano tutto questo è ben comprensibile. Dato però che questo libro è scritto per persone che sono alla ricerca della verità e che sanno che questa meta è raggiungibile soltanto attraverso un sincero autoriconoscimento, non dobbia

mo fermarci vigliaccamente davanti a un tema come quello degli " incidenti ".
Noi dobbiamo capire che c'è sempre qualcosa che sembra venire addosso a noi dall'esterno e che noi possiamo sempre interpretare come " causa ". Questa interpretazione causale è però soltanto una possibilità di considerare i rapporti, e noi ci siamo proposti con questo libro di sostituire questo superato modo di vedere con un altro, o quanto meno di completarlo. Se guardiamo nello specchio, ci sembra che l'immagine ci venga da fuori, ma in realtà siamo sempre noi. Nel raffreddore sono i bacteri che ci piombano addosso dall'esterno, e noi vediamo in loro la causa. Nell'incidente automobilistico è l'automobilista ubriaco a rubarci la precedenza e quindi ci appare la causa dell'incidente. Sul piano funzionale c'è sempre una spiegazione. Il che però non impedisce di interpretare il fatto sul piano del contenuto.
La legge di risonanza fa si che noi non possiamo venire in contatto con qualcosa con cui non abbiamo niente a che fare. I rapporti funzionali sono di volta in volta il mezzo materiale necessario per una manifestazione sul piano corporale. Per dipingere un quadro ci servono tela e colori - questi però non sono la causa del quadro, ma semplicemente mezzi concreti col cui aiuto l'artista realizza formalmente la sua immagine interiore. Sarebbe sciocco voler sostenere che colori, tela e pennelli sono le cause reali del quadro.
Noi ci cerchiamo i nostri incidenti, così come ci cerchiamo le nostre " malattie ", e così facendo non indietreggiamo di fronte a niente pur di

poter trovare delle " cause ". Però la responsabilità di tutto quello che ci capita nella vita è nostra. Questa regola non ha eccezioni - e quindi possiamo smettere subito di cercarle. Se qualcuno soffre, soffre sempre a causa di se stesso (il che naturalmente non allevia per niente il dolore!). Ognuno è insieme vittima e reo. Finché l'uomo non scopre in se stesso entrambe queste funzioni, non potrà diventare integro.
Dall'intensità con cui la gente si accanisce contro i " rei " proiettati all'esterno, si può facilmente capire quanto tema ancora se stessa. Manca la capacità di vedere le due cose in una.
L'affermazione che gli incidenti sono inconsciamente motivati, non è nuova. Già Freud nella sua " Psicopatologia della vita quotidiana " accanto alle azioni sbagliate (lapsus, dimenti

canze, errori) ha descritto anche gli incidenti come il risultato di un'intenzione inconscia. La ricerca psicosomatica ha in seguito avuto modo di dimostrare anche statisticamente l'esistenza della cosìddetta " personalità da incidente ". Con questo termine si intende una specifica struttura della personalità che tende a elaborare i propri conflitti sotto forma di incidenti. Ci sono infatti persone che dopo aver prodotto un primo incidente ne subiscono facilmente altri, mentre certe persone non ne vengono mai coinvolte. Esistono quindi individui che hanno la caratteristica di farsi coinvolgere in incidenti. Alexander, autore di un'importante opera sulla medicina psicosomatica apparsa nel 1950, afferma che " nella maggior parte degli incidenti è presente un elemento intenzionale, anche se l'intenzione difficilmente è consapevole. In altre parole: la maggior parte degli incidenti è motivata inconsciamente ". Queste affermazioni fatte già parecchi anni or sono mostrano che le nostre considerazioni non sono affatto nuove e che occore molto tempo perché certe (sgradevoli) conoscenze penetrino (ammesso che questo avvenga veramente) nella coscienza della gente.
A noi interessa non tanto la descrizione di una determinata personalità da incidente, quanto l'importanza dell'incidente, se questo si verifica nella nostra vita. Anche se una persona non ha la tipica personalità da incidente, l'incidente ha sempre qualcosa da insegnarle. Se gli incidenti si moltiplicano nella vita di una persona, questo indica semplicemente che essa non ha risolto consapevolmente i propri problemi e quindi occorre un'istruzione forzata. Il fatto che una determinata persona realizzi i propri correttivi soprattutto negli incidenti, corrisponde al cosìddetto " locus minoris resistentiae " degli altri. Un incidente mette direttamente e improvvisamente in discussione un tipo di vita, è una frattura nell'esistenza e dovrebbe quindi essere analizzato come tale. Bisognerebbe quindi considerare come una commedia tutto il decorso dell'incidente e cercare di capirne la struttura, trasferendola alla propria situazione di vita. Un incidente è una caricatura della propria problematica - altrettanto preciso e impietoso come sono appunto le caricature.

Incidenti stradali

Un " incidente stradale " è un concetto astratto al punto che è impossibile interpretarlo. Bisogna sapere esattamente che cosa avviene in un determinato incidente per poter dire che cosa esso in realtà

significhi. Un'interpretazione generale è difficile se non impossibile, mentre l'interpretazione del caso concreto è in genere facile. Basta ascoltare attentamente la descrizione del fatto. L'ambiguità della nostra lingua rivela tutto. Purtroppo si constata continuamente che molti non hanno orecchio per i rapporti linguistici.
Espressioni come uscire di strada - sbandare - perdere il controllo - uscire di pista - investire qualcuno, ecc., valgono sia nella vita che nel traffico stradale. Che altro c'è da interpretare? Basta stare in ascolto. Uno accelera tanto che non riesce più a frenar(si), così che arriva troppo vicino alla persona che ha davanti (si tratta di una donna?) e la investe, e stabilisce quindi un contatto molto intimo.
Il fatto di non riuscire più a frenare in tempo, mostra che una persona ha tanto accelerato nella sua vita una situazione (per esempio di lavoro), che la situazione stessa è in pericolo. Dovrebbe quindi utilizzare l'incidente per capire che è il caso di riesaminare la sua vita e regolare i tempi finché è possibile. Se un automobilista " non ha visto " l'altro, significa che questa persona trascura nella sua vita qualcosa di importante. Se il tentativo di superare un altro finisce in un incidente, è il caso di controllare tutte le manovre di superamento della propria vita. Chi si addormenta al volante, dovrebbe svegliarsi al più presto anche nella vita, prima di venire svegliato bruscamente. Gli incidenti stradali portano quasi sempre a un contatto molto intenso con' altre persone, ma l'avvicinamento è sempre troppo aggressivo.
Descriviamo ora un caso concreto di incidente, per renderci meglio conto di quello che abbiamo fin qui detto. L'incidente non è inventato ed è di tipo molto frequente. A un incrocio con precedenza per chi viene da destra due automobili si scontrano con tanta violenza che una delle due finisce sul marciapiede e li resta completamente rovesciata. Parecchie persone restano bloccate nell'auto e gridano aiuto. La musica continua a uscire dalla radio. I passanti riescono a liberare i prigionieri, che hanno riportato ferite di media entità e vengono quindi ricoverati in ospedale.

Questo incidente ci porta a fare queste considerazioni: tutte le persone coinvolte si trovavano in una situazione in cui volevano continuare la direzione assunta dalla loro vita. Il che corrisponde al desiderio e al tentativo di andare diritti e veloci per le rispettive strade. Però gli incroci esistono non soltanto sulle strade, ma anche nella vita. La strada diritta è la norma nella vita, è quella che si segue per abitudine. Il fatto che l'incidente costringe tutte le persone coinvolte a interrompere il proprio cammino diritto, mostra che tutti avevano trascurato la necessità di modificare qualcosa nella loro vita. Così la necessità di cambiamenti si era imposta da sola. Tutto ciò che è giusto diventa col tempo sbagliato. Le persone difendono le proprie abitudini adducendo come motivazione la necessità di rimanere coerenti col passato. Ma questo non è un argomento valido. Per un neonato è normale farsi pipi addosso, ma un bambino che a cinque anni bagna ancora il letto non è più
normale.
Fa parte delle difficoltà della vita umana capire in tempo la necessità di un cambiamento. Le persone coinvolte nell'incidente certamente questa necessità non l'avevano capita. Cercavano di continuare la strada seguita fino a quel momento e reprimevano l'esigenza di abbandonare le vecchie abitudini, di modificare certe situazioni. L'impulso a farlo è però presente, anche se a livello inconscio. Manca spesso il coraggio di porsi domande consapevoli e di affrontare a fronte alta i problemi. I cambiamenti spaventano. Si vorrebbe - ma non si osa. Questo può riferirsi a una convivenza che si è usurata, a un lavoro o anche a un modo di ragionare. Comune a tutti è il desiderio represso di evadere dalle abitudini. Questo desiderio non vissuto cerca di realizzarsi attraverso

vie traverse: si viene " buttati fuori di strada " - nel nostro esempio grazie a un incidente stradale.
Chi è onesto con se stesso, constata dopo un fatto del genere che nel profondo di se stesso già da tempo non era più contento del corso della propria vita, che avrebbe volentieri cambiato senza però averne il coraggio. A una persona capita sempre soltanto quello che in realtà vuole. Le soluzioni inconsce hanno successo, però hanno lo svantaggio di non risolvere completamente i problemi. Questo dipende semplicemente dal fatto che un problema può essere risolto davvero soltanto con un gesto consapevole, mentre la soluzione inconscia rappresen

ta sempre soltanto qualcosa di materiale, che tuttavia può fornire l'impulso ad agire, può informare. Non risolve però il problema.
Nel nostro esempio l'incidente automobilistico porta a una liberazione dal corso abituale di vita, però produce una più grande e nuova mancanza di libertà, cioè il blocco dentro la macchina. Questa nuova situazione è espressione dell'inconsapevolezza del fatto, ma può anche essere intesa come avvertimento, nel senso che l'abbandono della vita finora condotta potrebbe portare non la desiderata libertà, ma una nuova mancanza di libertà. Le grida di aiuto dei feriti erano quasi soverchiate dalla musica che si sprigionava dall'interno della macchina. Chi è abituato a vivere tutti gli eventi e le manifestazioni come simboli visibili, vede anche in questo dettaglio un'espressione del tentativo di liberarsi dai propri conflitti con elementi esterni. La musica radiofonica copre la propria voce che grida aiuto e che la coscienza vorrebbe rendere ancora più alta. Però il superconscio si ritira, non vuole ascoltare, e così questo conflitto, questo desiderio di libertà dell'anima resta chiuso nell'inconscio. Non può liberarsi, deve aspettare finché i fatti vengono messi a posto da fuori. L'incidente è qui il " fatto esterno " che apre ai problemi inconsci un canale che consente loro di articolarsi. Le grida di aiuto dell'anima giungono alle orecchie di qualcuno - e la persona diventa sincera.
Incidenti in casa e sul lavoro
Al pari degli incidenti stradali, anche le possibilità di incidenti in casa e sul lavoro sono quasi illimitate come il loro simbolismo, per cui bisogna analizzare caso per caso.
Un ricco simbolismo lo troviamo nelle bruciature. Molti modi di dire utilizzano il fuoco e le bruciature per esprimere processi psichici: bruciarsi le mani - giocare col fuoco - affrontare il fuoco per qualcuno, eccetera.
Il fuoco significa sempre un pericolo. Le bruciature indicano che non si valuta abbastanza il pericolo, che addirittura non lo si vede. Non ci si rende conto quanto scottante sia un problema. Le bruciature fanno capire che si gioca col pericolo. Il fuoco inoltre ha anche un riferimento molto preciso al tema amore e sessualità. Si parla infatti di amore ardente - ci si

infiamma d'amore - si fa fuoco e fiamme - l'amica viene chiamata la fiamma. Questo simbolismo sessuale del fuoco è evidente a tutti.
Le bruciature riguardano prima di tutto la pelle, cioè il limite dell'uomo. Questa violazione dei confini significa sempre una messaindiscussione dell'Io. Con l'Io ci poniamo dei confini, e proprio questo impedisce l'amore. Per poter amare, dobbiamo aprire i confini del

nostro Io, dobbiamo prender fuoco, accenderci alla fiamma dell'amore, bruciare i nostri confini. Chi non è disponibile a far questo, deve tener conto della possibilità che a bruciare i suoi confini non sia un fuoco interiore, ma un fuoco esteriore: è così che si brucia la pelle. La persona si apre con violenza e diviene vulnerabile.
Un analogo simbolismo lo ritroviamo in quasi tutte le ferite che perforano dapprima il confine esterno, la pelle. Si parla anche di ferite psìchiche e si usa affermare che si è ferito qualcuno con quella data frase. Anche il simbolismo di " cadere " o " inciampare " è facile da capire. Si scivola sul ghiaccio, sul pavimento troppo lucido, si inciampa per le scale o si cade mentre le si scende. Se la conseguenza di questa caduta è una commozione cerebrale, tutto il sistema di pensiero della persona interessata viene sconvolto e messo in forse. Ogni tentativo di stare seduti diritti porta al mal di testa, così che ci si deve subito sdraiare. In questo modo alla testa e al pensiero viene tolto il predominio avuto fino a quel momento, e il paziente sente sulla propria pelle che il pensiero è doloroso.
Fratture
Le ossa si rompono quasi senza eccezione in situazioni di movimento estremo (caduta in moto, praticando uno sport, incidente). La frattura porta subito a un lungo riposo forzato (gesso, posizione sdraiata). Ogni frattura porta anche a una " frattura " del movimento e dell'attività svolta finora e costringe al riposo. Da questa forzata passività dovrebbe maturare un orientamento nuovo. La frattura mostra chiaramente che non si è voluta vedere la fine ormai indispensabile di una situazione, così che il corpo deve mostrare la frattura di ciò che è vecchio per aiutare il nuovo a manifestarsi. La frattura interrompe la vita abituale, in genere caratterizzata da estrema at

tività e movimento. Si è esagerato, si è abusato delle proprie forze. L'osso rappresenta nel corpo il principio della solidità, delle norme sicure, ma anche il principio dell'irrigidimento (calcificazione). Se nell'osso prevale il principio della rigidità (calcio), l'osso diviene fragile e proprio per questo non può più svolgere le sue funzioni. Lo stesso avviene per tutte le norme - esse devono dare sicurezza, però se diventano troppo rigide non servono più a niente. Una frattura mostra sul piano fisico che non si è notato un eccessivo irrigidimento nel sistema psichico. La persona diventa quindi troppo rigida, fissa, statica. Come esiste la tendenza a irrigidirsi con l'età sui propri principi e a perdere sempre più la capacità di adattamento, analogamente aumenta anche la calcificazione delle ossa, così che aumenta il pericolo di fratture. Il polo opposto è rappresentato dal bambino piccolo che ha ossa cedevoli che ben difficilmente si rompono. Il bambino piccolo non ha ancora norme e regole in cui irrigidirsi. Se una persona nella sua vita diventa troppo inflessibile, la frattura di una vertebra corregge il suo atteggiamento - gli viene spezzata la spina dorsale! È possibile prevenire questi guai piegandosi volontariamente.

13. Sintomi psichici

Tratteremo qui alcuni frequenti disturbi che in genere sono definiti " psichici ". Dovrebbe subito colpire il fatto che una simile definizione ha, dal nostro punto di vista, ben poco senso. In realtà non è possibile tirare una linea precisa di demarcazione tra sintomi somatici e psichici. Ogni sintomo ha un contenuto psichico e si manifesta attraverso il corpo. Queste correlazioni somatiche forniscono però anche alla psichiatria ufficiale le basi per i suoi interventi farmacologici. Le lacrime di un paziente depresso non sono " più psichiche " del pus o della diarrea. La

distinzione si presenta nel migliore dei casi nella fase finale, quando si paragona la degenerazione di un organo a un cambiamento psicotico di personalità. Quanto più però ci allontaniamo dagli estremi per avvicinarsi al centro, tanto più difficile diventa trovare una linea di demarcazione. Per altro neppure l'analisi degli estremi ci autorizza a distinguere tra " somatico e psichico ", perché la differenza è da ricercarsi unicamen

te nel modo in cui il simbolo si manifesta. Nella sua manifestazione l'asma è tanto diversa da una gamba amputata quanto da una schizofrenia. La classificazione in " somatico " e " psichico " porta più malintesi che ordine.
Noi non vediamo nessuna necessità di operare questa distinzione, perché la nostra teoria è applicabile a tutti i sintomi indistintamente, senza eccezioni. I sintomi infatti si possono servire delle più diverse forme di manifestazione formale, tutti però utilizzano il corpo attraverso il quale il contenuto cosciente che è alla base di tutto diviene visibile e sperimentabile. La sperimentazione dei sintomi avviene però ancora una volta a livello di coscienza, sia che si tratti di malinconia che del dolore di una ferita. Nella prima parte di questo libro abbiamo detto che tutto ciò che è individuale è un sintomo e soltanto la valutazione soggettiva stabilisce se si tratta di qualcosa di sano o di ammalato. Lo stesso vale anche nel cosìddetto campo psichico.
A questo punto dobbiamo liberarci dall'idea che esistano comportamenti normali e non normali. La normalità è stabilita dalla frequenza statistica e non è quindi utilizzabile né come criterio di classificazione né come valore. La normalità diminuisce la paura, ma si oppone all'individuazione. La difesa di una normalità è una difficile ipotesi della psichiatria tradizionale. Una allucinazione non è né più irreale né più reale di ogni altra percezione. Le manca semplicemente l'approvazione della collettività. Il " malato psichico " funziona in base alle stesse leggi psicologiche di tutti gli altri uomini. Il folle che si sente perseguitato e minacciato da assassini proietta la propria ombra aggressiva sul mondo circostante allo stesso modo del cittadino che esige dure punizioni per i malviventi o ha paura dei terroristi. Ogni proiezione è follia e perciò è inutile chiedersi quando una follia è normale e quando è patologica.
La persona psichicamente malata e la persona psichicamente sana sono i punti teorici estremi di un continuo che deriva dall'alternanza di coscienza e ombra. Nel cosìddetto psicotico riscontriamo nella forma estrema il risultato di una riuscita repressione. Se tutti i possibili canali che consentono di vivere l'ombra vengono chiusi, si arriva a un certo punto alla sostituzione del motivo dominante, e l'ombra assume il controllo totale della personalità. In questo modo essa reprime in maniera totale la parte di coscienza che fino a questo momento aveva avuto il sopravvento e ricupera con energia tutto quello che

l'altra parte dell'uomo non aveva finora osato di vivere. Così certi cupi moralisti si trasformano in osceni esibizionisti, personalità timorose e miti in bestie selvagge e furenti, e timidi rinunciatari in mitomani. Anche la psicosi rende onesti, perché recupera tutto quelle che fino a quel momento era stato trascurato, e lo fa con una intensità e una assolutezza che incute paura agli altri. È il tentativo disperato di rimettere in equilibrio l'unilateralità vissuta finora - un tentativo per altro che corre il rischio di non riuscire ad uscire da un'alternanza costante degli estremi. Questa difficoltà di trovare il centro e l'equilibrio si mostra con particolare chiarezza

nella sindrome maniacodepressiva. Nella psicosì la persona vive la propria ombra. La follia suscita da sempre in chi vi assiste grande paura e sgomento, perché fa ricordare la propria ombra. Il folle ci apre una porta verso l'inferno della coscienza, che è in noi tutti. Il tentativo di reprimere questi sintomi è quindi ben comprensibile, ma poco adatto a risolvere il problema. Il principio della repressione dell'ombra porta alla violenta esplosione dell'ombra - reprimerla nuovamente aggiorna il problema, ma certamente non lo risolve.

Il primo passo necessario da fare è anche qui il riconoscimento che il sintomo ha un significato e una giustificazione. Partendo da questa base si può studiare come fruire delle preziose indicazioni fornite dal sintomo.

Queste poche osservazioni sono sufficienti per introdurre il tema dei sintomi psichici. Interpretazioni approfondite sono in questo campo poco utili, perché lo psicotico non ha aperture per un'interpretazione. La sua paura dell'ombra è così grande che per lo più la proietta totalmente verso l'esterno. L'osservatore interessato non avrà difficoltà di interpretazione, se tiene a mente le due regole più volte discusse in questo libro:

l. Tutto ciò che viene vissuto dal paziente esternamente è proiezione della sua ombra (voci, attacchi, persecuzioni, ipnosi, intenzioni omicide ecc.).

¦2. U comportamento psichico stesso è la realizzazione forzata dell'ombra non vissuta.

I sintomi psichici in ultima analisi non sono interpretabili, in quanto esprimono già il problema in maniera diretta e non

utilizzano alcuna trasposizione ad altri livelli. Per questo tutto quello che si può dire sulla problematica dei sintomi psichici risulta banale, perché manca la possibilità di trasposizione. Tuttavia in questa sede tratteremo ancora tre sintomi, a titolo di esempio, in quanto sono molto diffusi e sono in genere inquadrati in campo psichico: depressione, insonnia e tossicodipendenze.

La depressione

La depressione è un concetto generale che indica una serie di sintomi che va dal senso di abbattimento e mancanza di voglia di fare fino alla cosìddetta depressione endogena con apatia totale. Oltre al blocco totale di ogni attività e all'umore depresso, troviamo in questo quadro soprattutto una serie intera di sintomi fisici collaterali come stanchezza, disturbi del sonno, mancanza di appetito, stitichezza, mal di testa, palpitazioni, mestruazioni irregolari nelle donne e calo generale del tono corporeo. Il depresso è tormentato da forti sensi di colpa, si rimprovera costantemente qualcosa e cerca di continuo di rimettere a posto le cose. La parola depressione deriva dal latino deprimo, che significa " abbattere ", " reprimere ". Il che porta a chiedersi da che cosa il depresso si senta represso e che cosa egli in realtà reprima. In risposta troviamo tre alternative possibili:

1. Aggressività. Abbiamo già avuto occasione di dire che l'aggressività non rivolta verso l'esterno si trasforma in dolore fisico. Questa constatazione porta a concludere che l'aggressività repressa porta a livello psichico alla depressione. L'aggressività, bloccata nella sua manifestazione esteriore, si rivolta verso l'interno e fa sì che

l'aggressore diventi vittima. Non soltanto i molti sensi di colpa sono dovuti all'aggressività, ma anche i sintomi somatici coi loro diffusi dolori. Abbiamo già detto in altro punto che l'aggressività è soltanto una forma particolare di energia vitale e di attività. Chi reprime ansiosamente la propria aggressività, reprime al tempo stesso la propria energia e la propria attività. La psichiatria cerca con tutti i mezzi di coinvolgere il depresso in una qualunque attività, però lui vive questa situazione come pericolosa. Cerca di evitare tutto ciò che non ha l'approvazione generale e vuole a tutti i costi nascondere i propri impulsi aggressivi e distruttivi attraverso un'im

peccabile condotta di vita. L'aggressività rivolta verso se stessi trova la sua espressione più evidente nel suicidio. Se una persona ha intenzioni suicide, bisognerebbe sempre chiedersi a chi in realtà sono rivolte le intenzioni omicide.
2. Responsabilità. La depressione - se si prescinde dal suicidio - è la forma ultima per evitare le responsabilità. Il depresso non agisce più, vegeta, ed è più morto che vivo. Però nonostante il rifiuto di confrontarsi attivamente con la vita, il depresso viene continuamente confrontato col tema " responsabilità " dai suoi sensi di colpa. La paura di assumersi delle responsabilità è primaria nei depressi, e si manifesta in particolare quando il paziente dovrebbe affrontare una nuova fase della propria vita; per esempio si consideri la depressione del puerperio.
3. Rinuncia - Solitudine - Vecchiaia - Morte. Questi quattro concetti strettamente collegati fra di loro costituiscono a nostro avviso il campo più importante. Nella depressione il paziente viene costretto con la forza a confrontarsi col polo della morte. Tutto ciò che vive, si muove, cambia, comunica viene da lui evitato, mentre si manifesta il polo opposto, cioè apatia, fissità, solitudine, pensieri di morte. La morte, che nella depressione diventa il pensiero dominante, è l'ombra di questo paziente.
Il conflitto consiste nell'uguale paura che il depresso ha della vita e della morte. La vita attiva porta colpe e responsa \ bilità - proprio quello che si vuole evitare. Assumersi delle responsabilità significa però anche rinunciare alle proiezioni e accettare la propria solitudine. La personalità depressa ha paura di questo e ha quindi bisogno di persone a cui aggrapparsi. La separazione da una di queste persone, o la sua morte, è spesso la causa esteriore di una profonda depressione. Si è tanto soli - e non si vuole esser soli e assumersi delle responsabilità. Si teme la morte e non si capiscono quindi le condizioni della vita. La depressione rende sinceri: rende evidente l'incapacità di vivere e di morire.
Insonnia
Il numero delle persone, che per un tempo più o meno lungo soffrono di disturbi del sonno, è molto grande. Altrettanto

grande è il consumo di sonniferi. Come il cibo e la sessualità il sonno è una necessità istintuale di base dell'uomo. Un terzo della nostra vita lo passiamo dormendo. Un letto sicuro, comodo e protetto è di importanza fondamentale per l'animale e per l'uomo. Gli animali e gli uomini stanchi sono disposti a percorrere ancora molta strada per trovare un luogo adatto per riposare. I disturbi del sonno sono considerati da tutti un grande fastidio, e l'insonnia è ritenuta una vera e propria minaccia. Un

buon sonno è sempre legato a molte abitudini: un determinato letto, una certa posizione, un determinato orario eccetera. Un cambiamento di queste abitudini porta spesso a turbative del sonno.
Il sonno è un fenomeno particolare. Tutti siamo capaci di dormire senza aver imparato, e tuttavia non sappiamo come funziona la cosa. Trascorriamo un terzo della nostra vita in questo stato di coscienza e non ne sappiamo nulla. Desideriamo il sonno - e tuttavia a volte abbiamo la sensazione che qualcosa ci minacci dal mondo del sonno e del sogno. Cerchiamo in tutti i modi di dissolvere queste paure relativizzando il fatto: " Si tratta soltanto di un sogno...! ", però se vogliamo essere sinceri dobbiamo confessare che nel sogno viviamo con la stessa intensità che sperimentiamo durante il giorno. Se meditiamo bene su questa situazione, dobbiamo finire per convincerci che il mondo della nostra coscienza diurna è un'illusione, un sogno come il nostro sogno notturno, e che entrambi i mondi esistono soltanto nella nostra coscienza.
Da dove viene il convincimento che la vita che conduciamo di giorno sia più vera e più reale della nostra vita onirica? Chi ci autorizza a dire che si tratta soltanto di sogni? Ogni esperienza che fa la coscienza è sempre vera - sia che la si chiami realtà, sogno o fantasia. Può essere un esercizio utile capovolgere l'ottica abituale della vita diurna e della vita onirica e immaginare che in sogno conduciamo una vita continuativa interrotta ritmicamente da una fase di sonno che corrisponde alla nostra vita quotidiana.
" Wang sognò di essere una farfalla. Si posava sull'erba e sui fiori. Svolazzava qua e là. Poi si svegliò, e non sapeva più se era Wang che sognava di essere una farfalla, o una farfalla che sognava di essere Wang ".
Questi ribaltamenti sono esercizi utili per capire che nessuna delle due cose è più reale o più vera. Sogno e veglia, co

scienza notturna e diurna sono polarità e si compensano reciprocamente. Nell'analogia, al giorno e alla luce corrispondono la veglia, la vita, l'attività, e alla notte il buio, il riposo, l'inconscio e la morte.

Analogie
Yang

Yin
maschile

femminile
emisfero cerebrale sinistra

emisfero cerebrale destro
fuoco

acci uà
giorno

notte
veglia

sonno
vita

morte
bene

male
conscio

inconscio
intelletto

sentimento
razionalità

irrazionalità
Conformemente a questa analogia archetipa, la voce popolare definisce il sonno come il fratello minore della morte. Ogni volta che ci addormentiamo ci esercitiamo a morire. Addormentarsi presuppone allentamento da ogni controllo, da ogni intenzione, da ogni attività, richiede da noi disponibilità e fiducia, capacità di abbandonarsi a ciò che è sconosciuto. Non è possibile addormentarsi attraverso la costrizione, l'autocontrollo, la volontà e lo sforzo. Ogni volontà attiva è il modo più sicuro di impedire il sonno. Noi possiamo soltanto creare le premesse più favorevoli per il sonno - ma poi dobbiamo aspettare pazientemente che il sonno si decida a scendere su di noi. Non riusciamo neppure a osservare questo processo, perché l'osservazione ci impedirebbe di addormentarci.
Tutto ciò che il sonno (e la morte) esigono da noi, non rientra nelle abilità dell'uomo. Noi tutti siamo troppo dediti al polo dell'attività, siamo troppo orgogliosi di quello che facciamo, troppo dipendenti dal nostro intelletto e dal nostro diffidente controllo, per usare abitualmente la fiducia, il rilassamento, la disponibilità. Non deve quindi stupire che l'insonnia sia, insieme al mal di testa, uno dei disturbi più frequenti della nostra civiltà.
A causa della propria unilateralità, la nostra cultura ha delle difficoltà con tutti i campi polari opposti, come si può fa

cilmente vedere dalla lista di analogie ora mostrata. Abbiamo paura del sentimento, dell'irrazionale, dell'ombra, dell'inconscio del male, del buio e della morte. Ci teniamo spasmodicamente aggrappati al nostro intelletto e alla nostra coscienza diurna con cui crediamo di poter vedere tutto. Se poi arriva il comando di " abbandonarsi ", emerge la paura, perché ci pare una richiesta troppo grande. E tuttavia desideriamo il sonno e sentiamo che è necessario. Così come la notte fa parte del giorno, anche l'ombra fa parte di noi e la morte fa parte della vita. Il sonno ci porta quotidianamente a questa soglia tra aldiqua e aldilà, ci conduce nelle zone d'ombra e notturne della nostra anima, ci fa vivere nel sogno quello che non abbiamo vissuto e ci rimette di nuovo in equilibrio.
Chi soffre di insonnia - o meglio di difficoltà ad addormentarsi - ha difficoltà e paura di lasciare il proprio controllo consapevole e di affidarsi al proprio inconscio. L'uomo di oggi difficilmente fa una cesura tra giorno e notte, ma porta con sé nel regno del sonno i propri pensieri e la propria attività. Noi prolunghiamo il giorno nella notte - allo stesso modo in cui vogliamo analizzare coi metodi della coscienza diurna anche il lato notturno della nostra anima. Manca la cesura come consapevole ribaltamento e cambiamento.
L'insonne dovrebbe prima di tutto imparare a concludere consapevolmente il giorno per abbandonarsi consapevolmente alla notte e alle sue leggi.

Inoltre dovrebbe imparare a preoccuparsi dei propri lati inconsci, per scoprire da dove abbia origine la sua paura. Fuggevolezza e morte sono temi importanti per lui. L'insonne manca di fiducia e di capacità di abbandono. Si identifica troppo con il suo ruolo di persona attiva e non riesce ad abbandonarsi. I temi qui sono quasi uguali a quelli trattati nell'orgasmo. Sonno e orgasmo sono piccole morti e vengono vissuti come pericolo dall'uomo che ha una forte identificazione col proprio Io. Una conciliazione col lato notturno della vita risulta quindi il più sicuro sonnifero.
Certi vecchi trucchi, come quello di contare, devono il loro successo al fatto che consentono l'abbandono dell'intelletto. Ogni monotonia annoia l'emisfero sinistro e l'induce ad abbandonare il suo predominio. Tutte le tecniche di meditazione utilizzano questa regola: la concentrazione su un punto o sul respiro, la ripetizione di un mantra portano a un passaggio dal

l'attività dell'emisfero sinistro a quella del destro, dal lato diurno a quello notturno, dall'attività alla passività. Chi ha difficoltà a compiere questo cambiamento ritmico e naturale dovrebbe preoccuparsi seriamente del polo che costantemente evita, il quale produce anche lui il suo sintomo e costringe la persona ad aspettare molto tempo prima di riuscire ad affrontare le paure e il mistero della notte. Anche in questo caso il sintomo rende onesti: tutti gli insonni hanno paura della notte. E hanno ragione.
Un eccessivo bisogno di dormire indica una problematica opposta. Chi, sebbene abbia dormito a sufficienza, ha difficoltà a svegliarsi e ad alzarsi, dovrebbe prendere atto della propria paura ad affrontare il giorno, l'attività e i doveri quotidiani. Svegliarsi e cominciare una nuova giornata signifka diventare attivi, agire ed assumersi delle responsabilità. Chi ha difficoltà ad entrare nella coscienza diurna, si rifugia in mondi di sogno e nell'inconsapevolezza dell'infanzia e vuole liberarsi dalle esigenze e dalle responsabilità della vita. Il tema si chiama in questi casi: fuga nell'inconscio. Come l'addormentarsi è in rapporto con la morte, lo svegliarsi è una piccola nascita. Nascere e prendere coscienza possono suscitare paura al pari della notte e della morte. Il problema è sempre quello dell'unilateralità - la soluzione è al centro, nell'equilibrio, nel siasia. Soltanto qui si capisce che nascita e morte sono una cosa sola.
\

Disturbi del sonno
L'insonnia dovrebbe costituire lo spunto per porsi queste domande:
1. Fino a che punto sono dipendente da potere, controllo, intelletto e osservazione?
2. So abbandonarmi?
3. Come vanno in me la capacità di dedizione e la fiducia?
4. Mi preoccupo del lato notturno della mia anima?
5. Come è grande la mia paura della morte? Mi sono confrontato a sufficienza con questo tema?
Un eccessivo bisogno di sonno suscita queste domande:
1. Rifuggo dall'attività, dalla responsabilità e dalla presa di coscienza?

2. Vivo nel mondo dei sogni e ho paura di destarmi alla realtà?

Tossicodipendenze

Il tema dell'eccessivo bisogno di dormire ci porta direttamente alle tossicodipendenze, che sono in realtà fughe dai problemi di base. Tutti i tossicodipendenti sono alla ricerca di qualcosa, ma si fermano troppo presto e restano quindi bloccati a dei miseri sostituti. Chi cerca dovrebbe trovare e quindi essere redento. Gesù disse: " Chi cerca, non deve smettere di cercare finché non trova; e quando trova, resta scosso; e quando sarà scosso, si stupirà e potrà dominare tutto " (Vangelo di Tommaso, 2).

Tutti i grandi eroi della mitologia e della letteratura sono alla ricerca - Ulisse, Don Chisciotte, Parsifal, Faust - loro però non smettono di cercare finché non trovano. La ricerca porta l'eroe attraverso pericoli, confusione, disperazione e oscurità. Quando però trova, tutte le fatiche compiute gli sembrano di nessuna importanza di fronte al valore di ciò che ha trovato. Ogni persona è alla ricerca e deve affrontare i più strani e diversi sentieri dell'anima - però non dovrebbe mai fermarsi, non dovrebbe mai smettere di cercare finché non ha trovato.

" Bussate, e vi sarà aperto... ", si legge nel Vangelo. Chi però si fa spaventare dalle difficoltà, dai pericoli e dalle fatiche della via, diviene tossicomane: proietta l'oggetto della sua ricerca su qualcosa che trova sulla via, e la sua ricerca è finita. Incorpora la meta sostitutiva e non se ne sazia mai. Cerca di placare la fame con quantità sempre maggiori del " medesimo " nutrimento sostitutivo e non si accorge che mangiando la fame aumenta. È diventato tossicodipendente e non vuole confessare a se stesso di aver sbagliato meta e che sarebbe doveroso continuare a cercare in altra direzione. Paura, comodità e accecamento gli impediscono di cambiare. Le sirene sono in agguato ovunque, cercando di trattenere e legare a sé il viandante, di farlo diventare tossicodipendente.

Esistono tante forme di tossicodipendenza, se ci facciamo bene attenzione: si può diventare dipendenti dal denaro, dal potere, dalla fama, dal sapere, dal divertimento, dal mangiare, dal bere, dall'ascesi, dalle idee religiose, dalle droghe. Qualunque cosa sia, tutto trova una giustificazione come esperienza e tutto può diventare una droga se non facciamo bene attenzione

a prenderne in tempo le distanze. Chi concepisce la propria vita come un viaggio ed è sempre in cammino, è un ricercatore, non un drogato. Per fare l'esperienza del ricercatore, bisogna confessare a se stessi la propria situazione di senza patria: chi crede ai legami, è già drogato. Tutti abbiamo le nostre droghe, che offuscano continuamente la nostra anima. Ma il problema non sono le droghe, bensì la nostra comodità nella ricerca. Considerando le varie droghe, ci si rende conto del tema dominante di cui la persona ha bisogno. Certe droghe sono accettate a livello collettivo (ricchezza, lavoro, successo, sapere ecc.); noi in questa sede ci occuperemo di quelle droghe che sono ritenute da tutti patologiche.

Ingordigia

Vivere significa imparare. Imparare significa integrare principi e accogliere nella propria coscienza principi fino a quel momento avvertiti

come esterni a sé. La costante integrazione di eventi nuovi porta a una dilatazione di coscienza. Si può sostituire il " nutrimento spirituale " con " nutrimento materiale ", e questa incorporazione porta a una " dilatazione del corpo ". Se la fame di vita non viene saziata dall'esperienza, scende a livello corporeo e si manifesta come fame. Questa fame però è insaziabile, perché il vuoto interiore non può essere colmato col cibo.
In un capitolo precedente abbiamo detto che amore significa aprirsi e lasciar entrare - l'ingordo vive l'amore soltanto nel corpo, perché non riesce a farlo nella propria coscienza. Ha nostalgia d'amore, però non dilata i confini del proprio io, apre soltanto la bocca e divora tutto. L'ingordo cerca l'amore, cerca conferme e ricompense - purtroppo però su un piano sbagliato.
Alcool
L'alcolizzato ha nostalgia di un mondo privo di conflitti, sereno. La meta non sarebbe sbagliata, però lui vorrebbe raggiungerla evitando i conflitti e i problemi. Non è disposto ad affrontare consapevolmente la conflittualità della vita e a risolverla col suo lavoro. Così offusca problemi e conflitti e attraverso l'alcool ritiene di aver raggiunto un mondo perfetto e

integro. In genere l'alcolizzato cerca anche vicinanza umana. L'alcool crea una specie di caricatura di questa vicinanza, abbattendo limiti e impedimenti, eliminando differenze sociali e rendendo possibile una facile fratellanza, cui però manca profondità e legame autentico. L'alcool è il tentativo di soddisfare la ricerca di un mondo sano, privo di conflitti e affratellato. Tutto quello che intralcia questo ideale viene respinto.
Sigarette
Il fumo ha un rapporto intensissimo con le vie respiratorie e i polmoni. Noi ricordiamo che la respirazione ha a che fare soprattutto con la comunicazione, il contatto e la libertà. Il fumo è il tentativo di stimolare questi campi e di soddisfarli. Le sigarette sono un sostituto dell'autentica comunicazione e della vera libertà. La pubblicità delle sigarette tende proprio a sollecitare queste nostalgie dell'uomo: la libertà del cowboy, il superamento di tutti i confini propri del volo, un viaggio in paesi lontani e la compagnia di persone piacevoli - tutte queste nostalgie possono essere esaudite con una sigaretta. Si fanno lunghi viaggi - a che scopo? Forse per una donna, per un amico, per la libertà oppure... si sostituiscono tutti questi autentici desideri con una sigaretta e così il fumo della sigaretta offusca le mete vere e proprie.
Droghe
Hascisc e marijuana hanno una tematica molto simile a quella dell'alcool. Si fugge via dai propri problemi e conflitti e ci si rifugia in stati gradevoli. L'hascisc toglie le " asperità " della vita e smussa gli angoli. Tutto diventa più facile, Aon esistono più provocazioni.
La cocaina ha un effetto opposto. Essa migliora enormemente le prestazioni e può quindi in parte condurre a un maggiore successo. Qui bisogna interrogarsi sul tema " successo, attività e riconoscimento ", perché la droga è soltanto un mezzo per aumentare la propria energia. La ricerca del successo è sempre ricerca d'amore. Quindi, per esempio, nel mondo dello spettacolo la cocaina è particolarmente diffusa. La fame di amore è il problema specifico, legato al mestiere di queste persone. L'attore ha nostalgia d'amore e spera di saziare la sua nostal

già attraverso il favore del pubblico. (Il fatto che questo non sia possibile, lo rende da un lato sempre " migliore ", dall'altro sempre piti infelice psicologicamente!). Con o senza droghe stimolanti, la droga vera e propria si chiama in questo caso successo, destinato a sostituire la ricerca d'amore.
L'eroina consente una fuga totale dai problemi di questo mondo.
Tra le droghe fin qui citate, le droghe psichedeliche (LSD, mescalina, ecc.), si distinguono nettamente dalle altre. Dietro all'assunzione di queste droghe sta l'intenzione più o meno cosciente di fare esperienze a livello di coscienza e di toccare, per così dire, la trascendenza. Le droghe psichedeliche non rendono tossicodipendenti in senso stretto. Non è facile stabilire se esse costituiscano aiuti legittimi per aprirsi a nuove dimensioni, in quanto il problema non è da ricercarsi nella droga in se stessa, ma nella coscienza della persona che ne fa uso. All'uomo appartiene sempre soltanto ciò che ha voluto e si è guadagnato da solo. Per questo in genere è ben difficile fare proprio lo spazio dischiuso dalle droghe, integrare la dilatazione di coscienza che la droga consente. Quanto più avanti uno è su questa via della dilatazione di coscienza, tanto meno pericolose diventano per lui le droghe - ma ne ha anche tanto meno bisogno. Tutto quello che si può ottenere con le droghe, lo si può ottenere anche senza - ma molto più lentamente. E la fretta è un mezzo di ricerca molto pericoloso!

14. Il cancro (tumore maligno)
Per capire il cancro, è di grande importanza saper usare il pensiero analogico. Noi dovremmo prendere coscienza del fatto che ogni globalità (unità tra le unità) da noi sentita o definita è composta da un lato da molte altre globalità e dall'altro partecipa di una globalità molto più grande. Così per esempio un bosco (come globalità definita) è parte della più grande globalità " paesaggio ", e insieme è composto di molti " alberi " (globalità minori). Lo stesso vale per " un albero ". Esso fa parte del bosco e consiste di tronco, badici e corona. Allo stesso modo si comporta il tronco nei confronti dell'albero, l'albero nei confronti del bosco e il bosco nei confronti del paesaggio.
Un uomo fa parte dell'umanità e consiste lui stesso di organi, che sono parte di lui e al tempo stesso consistono di molte cellule, che a loro volta rappresentano le parti dell'organo. L'umanità si aspetta dal singolo uomo che si comporti in modo tale da essere utile all'evoluzione e alla sopravvivenza dell'umanità. L'uomo si aspetta dai suoi organi che funzionino in

modo tale da consentirgli la sopravvivenza. L'organo si aspetta dalle proprie cellule che facciano il loro dovere, come è indispensabile per la sopravvivenza dell'organo.
In questa gerarchia, che potrebbe essere prolungata da entrambi i lati, quella globalità individuale (cellula, organo, uomo) è sempre in conflitto tra vita personale e subordinazione agli interessi dell'unità superiore. Ogni struttura complessa (umanità, stato, organo) fa in modo che possibilmente tutte le parti siano subordinate all'idea comune e la servano. Ogni sistema di norma tollera la fuoruscita di alcuni (pochi) membri senza essere messo in pericolo come globalità. C'è però un limite superando il quale la totalità viene minacciata nella sua esistenza. Così per esempio uno Stato può tollerare alcuni cittadini che non lavorano, si comportano in modo asociale o addirittura

complottano contro lo Stato stesso. Se però questo gruppo, che non si identifica con gli scopi dello Stato, cresce a dismisura, può, a partire da una certa dimensione rappresentare un serio pericolo per la globalità e se raggiunge la maggioranza può mettere in pericolo l'esistenza stessa dello Stato. Lo Stato cercherà per molto tempo di difendersi contro questa tendenza, però se i suoi tentativi non riescono, il crollo è sicuro. La soluzione migliore sarebbe quella di richiamare all'ordine per tempo i piccoli gruppi che sono usciti dal sistema, offrendo loro un'attraente possibilità di collaborare ai fini comuni. La repressione che lo Stato spesso sceglie per risolvere il problema di chi la pensa diversamente non è quasi mai un successo sulla lunga durata, anzi questo comportamento finisce per accelerare l'evoluzione del caos. Dal punto di vista dello Stato le forze opposte sono pericolosi nemici che non hanno altro scopo che quello di distruggere l'ordine costituito e di diffondere il caos. Questo punto di vista è esatto, però solo da questa ottica. Se interrogassimo le persone che cospirano contro l'ordine, sentiremmo altre argomentazioni, altrettanto giuste dal loro punto di vista. Sicuramente queste persone non si identificano con gli scopi e le idee del loro Stato, ma portano avanti punti di vista e interessi loro propri e sarebbero liete di vederli realizzati. Lo Stato vuole obbedienza, i gruppi vogliono libertà per realizzare le proprie idee. Li si può capire entrambi, però non è facile realizzare gli interessi di entrambi contemporaneamente e senza richiedere sacrifici.

Scopo di queste righe non è certo quello di esporre teorie politiche o sociali, ma piuttosto di rappresentare su un piano diverso la situazione del cancro, per ampliare un po' la visuale in genere strettissima da cui esso viene considerato. Il cancro non è un evento isolato che si presenta soltanto nelle forme patologiche note a tutti e che da lui prendono il nome; nel cancro troviamo un processo intelligente e molto differenziato, che occupa l'uomo su tutti i piani. In quasi tutte le altre malattie il corpo cerca di fronteggiare con mezzi adatti le difficoltà che minacciano una funzione. Se questo riesce, parliamo di guarigione (che può essere più o meno completa). Se non riesce, parliamo di morte.
Nel caso del cancro ci troviamo però di fronte a qualcosa di fondamentalmente diverso: il corpo assiste al progressivo cambiamento del comportamento delle proprie cellule, le quali iniziano un processo di divisione che in sé non porta ad alcuna fine, ma che trova una fine nell'esaurimento del terreno di coltura. La cellula cancerogena non è, come per esempio i bacteri, i virus e le tossine, qualcosa che viene da fuori e minaccia l'organismo, ma è una cellula che finora ha messo tutta la sua attività al servizio dell'organo e quindi dell'intero organismo, in modo da aiutarlo nella sua sopravvivenza. Poi di colpo questa cellula ha cambiato i suoi intendimenti e abbandonato l'identificazione comune. Comincia a perseguire scopi propri e a realizzarli senza preoccuparsi d'altro. Pone fine alla sua normale attività di servizio specifico a un organo e mette in prima linea la propria moltiplicazione. Non si comporta più come un membro di un essere vivente dalle molte cellule, ma regredisce al livello precedente di esistenza. Prende le distanze dalle cellule, sue simili e si diffonde rapidamente e senza riguardo alcuno con una caotica moltiplicazione, trascurando tutti i confini morfologici (infiltrazione) ed edificando ovunque basi proprie (metastasi). Inoltre utilizza come terreno di coltura le altre cellule dalle quali ha preso le distanze col suo comportamento anarchico. La crescita e la moltiplicazione delle cellule cancerogene avviene così rapidamente che i vasi sanguigni a volte non bastano a sostenerle.
Questa rapidissima diffusione delle cellule cancerogene termina soltanto quando la persona che ha svolto le funzioni di terreno di coltura, è

letteralmente divorata. La cellula cancerogena cede di fronte ai problemi di alimentazione: ma fino a

quel momento il suo comportamento è stato coronato da successo.
Resta da chiedersi perché mai la brava cellula abbia agito in questo modo! La sua motivazione non dovrebbe essere difficile da individuare. Come membro obbediente di un organismo pluricellulare, non doveva far altro che eseguire un'attività prescritta e ben definita, utile alla sopravvivenza dell'organismo stesso. Era una cellula come tante altre, che doveva svolgere un compito poco attraente per conto di " un altro ". E per molto tempo l'ha fatto. Tuttavia a un certo punto l'organismo ha perso le sue attrattive come spazio nell'ambito del quale compiere la propria evoluzione. Un organismo unicellulare è libero e indipendente, può fare quello che vuole, può anche rendersi importante attraverso un interminabile meccanismo di riproduzione e moltiplicazione. Come organismo multicellulare la cellula è divenuta mortale e non libera. C'è da stupirsi che rimpianga la precedente libertà e desideri tornare alla sua esistenza di organismo unicellulare per realizzare personalmente la propria immortalità? Essa sottopone allora la comunità ai propri interessi e comincia a realizzare la propria libertà con un comportamento totalmente privo di riguardo.
Una mossa di successo, il cui errore diviene evidente solo molto tardi, quando si nota che il sacrificio dell'altro e il suo utilizzo come terreno di coltura porta con sé anche la propria fine. Il comportamento della cellula cancerogena è coronato da successo finché la persona funge da nutrimento - la sua fine significa anche la fine dell'evoluzione del cancro.
Ecco l'errore piccolo, ma denso di conseguenze, nell'ideaziozione di questo progetto di libertà e immortalità. Ci si libera dalla vecchia comunità e ci si accorge troppo tardi che se ne ha ancora bisogno. La persona non è entusiasta di offrire la propria vita per la vita della cellula cancerogena, però neppure la cellula cancerogena era entusiasta di offrire la sua vita per l'uomo. Le cellula cancerogena ha argomenti altrettanto buoni dell'uomo, solo la loro ottica è opposta. Entrambi vogliono vivere e concretizzare i loro interessi e le loro idee di libertà. Ognuno di loro è disposto a sacrificare l'altro pur di ottenere questo. Nel nostro " esempio dello Stato " le cose erano identiche. Lo Stato vuole vivere e realizzare le sue idee, e quindi per prima cosa cerca di sacrificare il disturbatore. Se questo non gli riesce, sono i rivoluzionari che sacrificano lo Stato. Nessuna delle due

parti si preoccupa dell'altra. L'uomo opera, irradia e avvelena le cellule cancerogene finché può - ma se sono loro a vincere, è l'uomo che soccombe alle cellule cancerogene. È l'antico conflitto della natura: divorare o essere divorati. L'uomo si rende conto della prepotenza e anche della miopia delle cellule cancerogene: si rende però anche conto del fatto che noi uomini cerchiamo di assicurarci la sopravvivenza agendo esattamente come le cellule cancerogene?
Questa è la chiave delle malattie cancerogene. Non è un caso che la nostra epoca soffra tanto per il cancro, pur combattendolo accanitamente ma senza successo. (Ricerche dello scienziato americano Hardin B. Jones hanno dato come risultato che le prospettive di vivere di malati di cancro non curati sembrano essere maggiori di quelle dei pazienti curati!). Il cancro è espressione del nostro tempo e delle nostre concezioni collettive del mondo. Noi sperimentiamo in noi sotto forma di cancro ciò che noi stessi viviamo. La nostra epoca è caratterizzata da irriguardosa espansione e realizzazione dei propri interessi. Nella vita politica, economica, " religiosa " e privata la gente cerca di dilatare

oltre ogni limite i propri fini e i propri interessi senza riguardo per nessuno, cerca di creare ovunque basi per i propri tornaconti (metastasi) e vuol far valere soltanto le proprie idee e le proprie mete, mettendo tutti al servizio del proprio personale vantaggio.
Tutti noi ragioniamo come le cellule cancerogene. La nostra crescita è così veloce che non riusciamo quasi a rifornirci di materia prima come nutrimento. I nostri sistemi di comunicazione raggiungono ogni angolo del mondo, però la comunicazione col nostro vicino o col nostro compagno di vita è ancora assai carente. L'uomo ha tempo libero, ma non sa come utilizzarlo. Produciamo e distruggiamo prodotti alimentari per poter in questo modo manipolare i prezzi. Possiamo viaggiare comodamente per tutto il mondo, ma non conosciamo noi stessi. La filosofia del nostro tempo non conosce altra meta che la crescita e il progresso. Si lavora, si sperimenta, si ricerca - perché? Per amore del progresso! Che scopo ha il progresso? Un progresso ancora maggiore! L'umanità si è imbarcata in un viaggio senza meta. Deve quindi porsi sempre nuove mete, per non cadere nella disperazione. La cecità e la miopia dell'uomo del nostro tempo è pari a quella delle cellule cancerogene. Per portare ancora avanti l'espansione economica, si è utilizzato il mon
V

do per decenni, lo si è usato come terreno di coltura, per constatare oggi " con stupore " che la morte di questo terreno significa la morte anche per noi. La gente considera il mondo intero come il proprio terreno di coltura: piante, animali, materie prime. Tutto esiste solo perché noi possiamo espanderci senza limiti sulla terra.
Chi si comporta così, dove trova il coraggio e la sfacciataggine di lamentarsi del cancro? Esso è semplicemente il nostro specchio - ci mostra il nostro comportamento, i nostri argomenti e anche la fine della nostra strada.
Il cancro non ha bisogno di essere vinto - esso deve soltanto essere capito, così che poi possiamo capire anche noi stessi. Ma gli uomini vogliono sempre distruggere gli specchi se il loro viso non pare loro piacevole a vedersi. La gente ha il cancro perché essa stessa è cancro! Il cancro è la nostra grande chance di scoprire finalmente i nostri errori di pensiero e di azione. Facciamo dunque il tentativo di individuare i punti deboli delle nostre concezioni del mondo, quelle che vengono utilizzate sia da noi che dal cancro. Il cancro si pone di fronte ai due poli " Io o la comunità ", vede soltanto questo autaut e decide alla fine per la propria sopravvivenza, accorgendosi troppo tardi che essa non è possibile senza quella del terreno che lo nutre. Gli manca la consapevolezza di un'unità più grande, capace di tutto abbracciare. Vede l'unità soltanto nei suoi limitati confini. Questo malinteso dell'unità è proprio anche dell'uomo. Anche lui si chiude nella propria coscienza, e in questo modo sorge la spaccatura tra Io e Tu. Si pensa per " unità ", senza rendersi conto della insensatezza di un simile modo di pensare. L'unità è la somma di tutto ciò che è, e non conosce nulla al di fuori di se stessa. Se si spezza l'unità, nasce la molteplicità, ma questa molteplicità resta in ultima analisi una componente dell'unità.
Più un Ego si chiude, più perde il senso del tutto, di ciò di cui esso è soltanto una parte. Nell'Ego sorge l'illusione di poter fare qualcosa " da solo ". In realtà però non esiste possibilità di separazione vera dal resto dell'universo, solo il nostro Io può immaginare che esista. Via via che l'Io si incapsula, l'uomo perde la " religio ", l'unione con

l'origine della sua esistenza. L'Ego cerca ora di soddisfare le proprie esigenze e ci indica la via. L'Io apprezza tutto ciò che è utile a un ulteriore isolamento, perché più i confini vengono tracciati più

l'Io prende coscienza di se stesso. Ha paura soltanto di essere solo, perché questo significherebbe la sua morte. L'Io difende la sua esistenza con molta tenacia, intelligenza e buoni argomenti, e pone al proprio servizio le più sacre teorie e le più nobili intenzioni: la cosa fondamentale è poter sopravvivere. Si creano così anche mete che non esistono. Porsi come meta il progresso è assurdo, perché il progresso non ha fine. Un'autentica meta può consistere soltanto nella trasformazione della situazione attuale, non nella sua semplice prosecuzione. Noi uomini viviamo nella polarità - che ce ne facciamo di una meta che è soltanto polare? Se però la meta si chiama " unità ", ecco che questo significa una qualità di esistenza totalmente diversa da quella che sperimentiamo nella polarità. Proporre a una persona che sta in prigione un'altra prigione, non ha senso anche se la seconda prigione dovesse offrire qualche comodità in più - ma dargli la libertà è qualitativamente un passo importante. Per altro la meta che si chiama " unità " può essere raggiunta solo se si sacrifica l'Io, perché fintanto che c'è un Io, c'è un Tu e noi restiamo quindi nella polarità. La " rinascita nello spirito " presuppone sempre una morte, e questa morte riguarda l'Io. Il mistico islamico Rumi compendia magistralmente questo tema in questa piccola storia:
"Un uomo bussò alla porta dell'amata. Una voce chiese: " Chi è? " - " Sono io ", rispose lui. Allora la voce disse: "Qui non c'è abbastanza posto per me e per te". E la porta rimane chiusa. Dopo un anno di solitudine e privazioni l'uomo tornò e bussò. Da dentro una voce chiese: " Chi è? " - " Sei tu ", disse l'uomo. E la porta gli fu aperta ".
Fintanto che il nostro Io tende alla vita eterna, falliremo esattamente come le cellule cancerogene. La cellula cancerogena si distingue dalla cellula del corpo per la sopravvalutazione del proprio Io. Nella cellula il nucleo cellulare corrisponde al cervello della cellula Nella cellula cancerogena il nucleo acquista costantemente importanza e aumenta anche di peso (il cancro viene diagnosticato anche in base alla trasformazione morfologica del nucleo cellulare). Questo cambiamento del nucleo corrisponde alla sopravvalutazione del pensiero cerebrale egocentrico, di cui anche il nostro tempo è affetto. La cellula cancerogena cerca la propria vita eterna nell'espansione materiale. Sia il cancro che l'uomo non capiscono che stanno cercando nella materia qualcosa che li non si trova, cioè la vita. Si confonde

\

contenuto e forma e si cerca di trovare il desiderato contenuto moltiplicando la forma. Ma già Gesù insegnava: " Chi vuole conservare la propria vita, la perderà ".
Tutte le scuole iniziatiche insegnano per questo dai tempi dei tempi il cammino inverso: rinunciare all'aspetto formale per trovare il contenuto, o in altre parole: l'Io deve morire, per poter rinascere in se stesso. Sia ben chiaro, il Sé non è se stessi, ma il Sé: il centro che si trova ovunque. Il Sé non ha natura sua propria e particolare, perché comprende tutto ciò che è. Qui finalmente cade la domanda: " Io o gli altri? ". Il

Sé non conosce gli altri, perché è unico. Una simile meta risulta giustamente pericolosa per l'Ego, e anche poco attraente. Per questo non dovremmo meravigliarci del fatto che l'Io cerchi in tutti i modi di sostituire la meta dell'unione con quella di un Ego grande, forte, saggio e illuminato. Sulla via esoterica, come su quella religiosa, la maggior parte dei viandanti fallisce perché tenta di raggiungere la redenzione o l'illuminazione col proprio Io. Soltanto pochi si rendono conto che il loro Io, col quale ancora si identificano, non potrà mai essere illuminato o redento.
L'opera finale significa sempre rinuncia all'Io, morte dell'Ego. Noi non possiamo redimere il nostro Io, noi possiamo soltanto liberarci dall'Io, e in questo modo saremo redenti. La paura che nasce a questo punto di non esistere più conferma soltanto fino a che punto noi ci identifichiamo col nostro Io e quanto poco sappiamo del nostro Sé. Proprio qui, invece, si innesta la possibilità di risolvere il problema del cancro. Solo se impariamo a mettere poco per volta in discussione la fissità del nostro Io e i nostri confini, solo se impariamo ad aprirci, cominciamo a vivere una parte del tutto e anche ad assumerci la responsabilità del tutto. Capiamo allora che il bene del tutto e il nostro bene sono la stessa cosa, perché noi in quanto parte siamo una cosa sola col tutto (pars prò toto). Ogni cellula contiene infatti tutta l'informazione genetica dell'organismo - e dovrebbe soltanto capire che essa in realtà è il tutto! " Microcosmo = macrocosmo ", ci insegna la filosofia ermetica. L'errore di pensiero consiste nella distinzione tra Io e Tu. Sorge così l'illusione che sia possibile sopravvivere particolarmente bene come Io, che si possa sacrificare il Tu e utilizzarlo come terreno di coltura. In realtà non è possibile separare il destino di Io e Tu, della parte e del tutto. La morte che la

cellula cancerogena impone all'organismo diventa anche la propria morte, così come per esempio la morte dell'ambiente circostante significa anche la nostra morte. Però la cellula cancerogena crede a un " fuori " separato da lei, così come ci credono gli uomini. Questo convincimento è mortale. La medicina si chiama amore. L'amore rende sani perché dilata i confini e fa entrare l'altro in modo da diventare una cosa sola. Chi ama, sente che la persona amata è se stesso. Questo non vale soltanto per gli uomini: chi ama un animale, non può considerarlo qualcosa di inferiore. Questo non è uno pseudoamore sentimentale, ma uno stato di coscienza che intuisce veramente qualcosa della comunità di tutto ciò che è.
Il cancro non testimonia di un amore vissuto, è amore pervertito:
L'amore supera tutti i confini e i limiti.
Nell'amore gli opposti si uniscono e si fondono.
L'amore è unione con tutto, si estende su tutto e non si ferma davanti a niente. L'amore non teme neppure la morte - perché l'amore è vita. Se questo amore non vive nella coscienza, corre il rischio di finire nella fisicità e di cercare qui di realizzare le proprie leggi sotto forma di cancro. Anche la cellula cancerogena supera tutti i confini e tutti i limiti. Il cancro elimina l'individualità dell'organo. Anche il cancro si espande su tutto e non si ferma davanti a niente (metastasi). Anche la cellula cancerogena non teme la morte.
Il cancro è amore su un piano sbagliato. Perfezione e unione possono essere realizzate soltanto nella coscienza, non dentro la materia, perché la materia è l'ombra della coscienza. Nell'ambito del fuggevole mondo delle forme l'uomo non può realizzare ciò che appartiene a un piano eterno. Nonostante ogni sforzo, il mondo non sarà mai sano, senza conflitti e senza problemi, senza tensioni e lotte. Non esisterà mai l'uomo sano, senza malattia e senza morte, e neppure l'amore che tutto abbraccia, perché il mondo delle forme vive dei suoi confini. Tuttavia le mete possono tutte essere realizzate - da ognuno e in ogni tempo - se la

coscienza è libera. Nel mondo polare l'amore porta a imprigionare - nell'unità porta ad effondersi.

\

^

II cancro è il sintomo dell'amore frainteso. Il cancro ha rispetto soltanto del vero amore. Simbolo del vero amore è il cuore: e il cuore è l'unico organo che non può essere aggredito dal cancro!

15. Che cosa si può fare

Dopo tutti i tentativi e le considerazioni tesi a capire almeno un poco il messaggio dei sintomi, il malato si trova confrontato con una domanda: " Come faccio a guarire ora che so queste cose? Che devo fare? ". La nostra risposta a questa domanda è fatta sempre di un'unica parola: " Guardare! ". Una sollecitazione di questo genere appare in genere abbastanza banale, semplice e poco utile. Si vuol fare qualcosa, si vuole agire, ci si vuole modificare, fare cose diverse da quelle fatte finora - e " guardando " si ottiene ben poco...! Il " volersi cambiare " a tutti i costi cela un enorme pericolo: in realtà non c'è niente da cambiare - a parte la nostra ottica. Per questo ci limitiamo a dire di " guardare ". In questo universo l'uomo non può fare altro che imparare a vedere - cosa per altro difficilissima. L'evoluzione si basa unicamente sulla modificazione del modo di vedere - tutte le funzioni esteriori sono sempre soltanto espressione del nuovo modo di vedere. Confrontiamo per esempio il livello di evoluzione della nostra epoca tecnica con quello del Medioevo, e
I

vedremo che la differenza consiste nel fatto che nel frattempo abbiamo imparato a vedere certe regolarità e possibilità. Le leggi e le possibilità esistevano anche diecimila anni fa - solo che allora non le si vedeva. L'uomo immagina facilmente di creare qualcosa di nuovo, e parla quindi con orgoglio delle sue invenzioni. Dimentica però che egli potrà sempre soltanto trovare, mai inventare. Tutti i pensieri e le idee sono potenzialmente sempre presenti - solo che l'uomo ha bisogno di tempo per integrarli. Per quanto possa sembrare duro per tutti coloro che vogliono migliorare il mondo, in questo mondo non c'è niente da migliorare o da cambiare all'infuori della nostra ottica. In questo modo i problemi più complicati si riducono in ultima analisi alla vecchia formula: conosci te stesso! Questa cosa è in realtà così difficile che noi cerchiamo sempre di inventare le più complicate teorie e i più complessi sistemi per conoscere e cambiare gli altri, i rapporti e il mondo circostante. Dato tutto questo lavoro, irrita il fatto che le tante teorie, i sistemi e le macchinazioni ideati vengano cancellati in un sol colpo e sostituiti col semplice concetto " conosci te stesso ". In realtà il concetto può sembrare semplice, ma la sua realizzazione non lo è affatto.
Migliorare se stessi non significa soltanto imparare a vedersi come in realtà si è! Conoscere se stessi non significa conoscere il proprio Io. L'Io si rapporta al Sé come un bicchier d'acqua si rapporta all'oceano. Il nostro Io ci fa ammalare, il Sé ci guarisce. La via della guarigione è quella che porta dall'Io al Sé, dalla prigione alla libertà, dalla polarità all'unità. Se un determinato sintomo mi indica ciò che mi manca per raggiungere l'unità, io devo imparare a individuare questa carenza e provvedere a integrarla nella mia identificazione conscia. Le indicazioni

che abbiamo fornito in questo libro tendono a farci posare lo sguardo dove in genere non lo posiamo mai. E una volta che si è visto, non perderemo più di vista l'oggetto di interesse e impareremo a guardare con sempre maggiore precisione. Soltanto l'osservazione attenta e costante supera le resistenze e fa crescere quell'amore che è necessario a integrare ciò che si è scoperto. Vedere l'ombra significa: illuminarla. Totalmente sbagliata, ma frequente, è la reazione che porta a volersi immediatamente liberare dal principio individuato nel sintomo. È così possibile che una persona che finalmente si rende conto della propria aggressività inconscia si chieda con

orrore: " Come faccio a liberarmi da questa spaventosa aggressività? ". La risposta è: " Nulla - prendi atto del fatto di possedere un'aggressività e godine! ". Proprio il " nonvoleravere " porta alla formazione dell'ombra e fa ammalare - saper vedere l'aggressività nella sua essenza rende sani. Chi ritiene pericolosa questa situazione, dimentica che un principio non sparisce se si evita di vederlo.
Non esistono principi pericolosi - pericolosa è soltanto una forza non bilanciata. Ogni principio viene neutralizzato dal suo polo opposto. Isolato, questo principio è pericoloso. Il calore da solo è altrettanto pericoloso per la vita del freddo da solo. Mitezza isolata non è più nobile della severità isolata. Soltanto nell'equilibrio delle forze regna la pace. La grande differenza tra " il mondo " e " il saggio " consiste nel fatto che il mondo cerca sempre di realizzare un polo, mentre il saggio predilige sempre il punto centrale tra i poli. Chi ha capito che l'uomo è un microcosmo, perde gradualmente la paura di ritrovare in sé tutti i principi.
Se in un sintomo troviamo un principio che ci manca, basta imparare ad amare il sintomo perché esso realizza già quello che ci manca. Chi attende con impazienza che il sintomo sparisca, non ha capito ancora il concetto di base. Il sintomo vive il principio dell'ombra - se noi accettiamo questo principio, difficilmente combatteremo il sintomo. Questa è una chiave. Accettando il sintomo, lo rendiamo inutile. La resistenza produce una pressione opposta. Il sintomo sparisce quando il paziente è diventato indifferente. L'indifferenza mostra che il valore del principio che si manifesta nel sintomo è stato capito e accettato. Tutto questo lo si può ottenere solo " guardando ".
Per evitare a questo punto dei malintesi, facciamo notare ancora una volta che qui parliamo del piano contenutistico della malattia e quindi non necessariamente dobbiamo indicare quale comportamento tenere sul piano funzionale. L'interrogarsi sul contenuto dei sintomi non impedisce affatto né rende superflue le misure funzionali. Il nostro confronto con la polarità dovrebbe aver già fatto capire che noi sostituiamo ogni o/o con un sia/sia. Così, per esempio, nel caso di un'ulcera gastrica non dobbiamo chiederci: " Interpretiamo oppure operiamo? ". Una cosa non rende superflua l'altra, ma le dà un senso. Però un'operazione da sola diviene ben presto priva di

significato se il paziente non ne capisce il significato - e d'altra parte il significato perde ogni senso se il paziente muore. Bisogna per altro rendersi anche conto che la maggior parte dei sintomi non mette a

rischio la vita e quindi il problema delle misure funzionali è meno urgente.
Le misure funzionali non toccano mai il tema " guarigione ", indipendentemente dal fatto che abbiano un effetto oppure no. La guarigione può avvenire solo a livello di coscienza. Nel caso singolo resta aperta la questione se il paziente riesca a diventare onesto nei confronti di se stesso, oppure no. L'esperienza ci rende scettici. Persino persone che per tutta la vita hanno lottato per prendere coscienza delle cose e conoscere se stesse, sono ancora cieche per certe verità. Qui, nel caso singolo, ritroviamo anche il limite delle possibilità di far proprio il contenuto di questo libro. Spesso sarà necessario sottoporsi a processi piti vasti e più approfonditi per imbattersi in quello che in un primo momento non si voleva vedere. I processi necessari a correggere la propria cecità si chiamano oggi psicoterapie.
Ci sembra importante liberarci dal vecchio pregiudizio secondo il quale la psicoterapia sarebbe un trattamento adatto a persone psichicamente malate o a sintomi psichici. Questo modo di vedere può avere una certa validità per i metodi orientati decisamente in base al sintomo (terapia comportamentale), però con certezza è inadeguato per tutte le terapie di psicologia del profondo e transpersonali. Da quando è stata ideata 3a psicoanalisi, la psicoterapia tende all'autoriconoscimento e alla presa di coscienza dei contenuti inconsci. Dal punto di vista della psicoterapia non esistono quindi persone " sane ", che non abbiano alcun bisogno di una psicoterapia. Erving Polster, rappresentante della terapia della " Gestalt ", scrisse: " La terapia è troppo preziosa per essere riservata soltanto agli ammalati ". Noi andiamo ancora più avanti e diciamo: " L'uomo in sé è ammalato ".
L'unico significato della nostra incarnazione è la presa di coscienza. È sorprendente quanto poco la maggior parte delle persone si preoccupi dell'unico tema importante della propria vita. È facile ironizzare sulle cure e sull'attenzione che l'uomo dedica al proprio corpo, sebbene sia ben chiaro che esso un giorno andrà in pasto ai vermi. Chiaro dovrebbe essere anche che un giorno tutto (famiglia, denaro, casa, fama) dovrà es

sere abbandonato. L'unica cosa che va al di là della tomba è la coscienza - e di questa ci occupiamo veramente poco, sebbene sia lo scopo della nostra esistenza: per quest'unico scopo fu creato l'universo.
In tutti i tempi gli uomini hanno cercato di trovare dei mezzi per compiere il difficile cammino della presa di coscienza e dell'autoriconoscimento. Si pensi allo Yoga, allo Zen, al Sufismo, alla Kabbala, alla Magia e ad altri sistemi ed esercizi - i loro metodi e le loro tecniche sono diversi, ma lo scopo è il medesimo: il perfezionamento e la liberazione dell'uomo. Il pensiero occidentale, di tipo scientifico, ha sviluppato di recente la psicologia e la psicoterapia. Inizialmente, accecata dall'arroganza e dalla superbia della propria gioventù, la psicologia trascurò il fatto che cominciava a indagare qualcosa che sotto altri nomi era noto e conosciuto da tempo con molta più precisione e perfezione. Tuttavia, come ogni bambino deve fare le sue esperienze evolutive, così anche la psicologia ha dovuto fare le sue prima di riuscire a trovare lentamente la sua strada verso l'anima umana.
I pionieri in questo campo sono gli psicoterapeuti, perché il lavoro pratico quotidiano corregge le unilateralità teoriche molto prima delle statistiche e della teoria. Oggi noi stiamo assistendo a un forte fluire nella psicoterapia di idee e metodi provenienti da tutte le civiltà, gli orientamenti e i tempi. Ovunque si tende a una nuova sintesi delle tante esperienze tendenti a far raggiungere la consapevolezza. Non dovrebbe

scoraggiare il fatto che in questi straordinari processi ci si trovi confrontati anche con molte scorie.
La psicoterapia sta divenendo per un numero sempre maggiore di persone del nostro tempo un mezzo idoneo a fare esperienze consapevoli e a conoscere meglio se stesse. La psicoterapia non produce degli illuminati - e del resto non esiste nessuna tecnica in grado di far questo. La via autentica che conduce allo scopo è lunga e difficile, ed è agibile soltanto a pochi. Tuttavia ogni passo che tende a una maggiore consapevolezza è un progresso e serve alla legge dell'evoluzione. Si dovrebbe quindi da un lato non esasperare le proprie aspettative sulla psicoterapia, e dall'altro si dovrebbe capire che al giorno d'oggi essa rappresenta uno dei metodi migliori per diventare più consapevoli e sinceri.
Quando parliamo di psicoterapia è inevitabile fare riferi

Che cosa si può tare? I 275

mento in prima linea al metodo che noi stessi utilizziamo da anni e che porta il nome di " terapia della reincarnazione ". Dato che il termine non sempre viene capito nel modo giusto, ci sembra opportuno dire qualche parola sulla terapia della reincarnazione, pur senza avere l'intenzione di entrare nei dettagli (1).
Ogni idea preconcetta che un cliente si fa di questa terapia è per lui un impedimento, in quanto gli impedisce di vivere l'esperienza in modo compiuto. La terapia è un rischio e deve essere vissuta come tale. La terapia intende liberare l'uomo dal suo irrigidimento ansioso e dalla sua tensione alla sicurezza, e avviarlo a un processo di trasformazione. Per questo una terapia non può avere uno schema fisso se si vuole evitare il pericolo di perdere di vista l'individualità del cliente. Per tutti questi motivi non siamo in grado di fornire molte informazioni concrete sulla terapia della reincarnazione - noi non ne parliamo, noi la pratichiamo. Dispiace che questo vuoto venga sovente riempito da idee, teorie e opinioni di persone che non hanno alcuna idea della nostra terapia.
Dalla parte teorica di questo libro dovrebbe essere emerso chiaramente che cosa la terapia della reincarnazione non è: noi non cerchiamo le cause di un sintomo in una vita precedente. La terapia della reincarnazione non è una psicoanalisi che risale molto indietro nel tempo. Ne deriva che nella terapia della reincarnazione non si ricorre a una sola tecnica che non sia già utilizzata da altre terapie. Al contrario, la terapia della reincarnazione è un concetto molto differenziato che sul piano pratico ha posto per molte tecniche diverse. Tuttavia la molteplicità tecnica è soltanto il logico bagaglio di un buon terapeuta e non esaurisce la terapia. La psicoterapia è più che applicazione di una tecnica: per questo non è facile insegnarla. La parte essenziale di una psicoterapia sfugge alla descrizione. E un grande errore credere che sia necessario soltanto imitare esattamente il decorso esterno di una terapia per ottenere gli stessi risultati. Le forme portano i contenuti - però esistono anche forme vuote. La psicoterapia, come del resto ogni tecnica esoterica, diventa rapidamente una farsa se le forme perdono il contenuto.
(1) Per chi desiderasse approfondire l'argomento rimandiamo alle opere " Vita dopo vita " e " Il destino come scelta ", pubblicate in questa stessa collana.

La terapia della reincarnazione trae il suo nome dal fatto che nella nostra forma di terapia la presa di coscienza e il rivivere consapevolmente incarnazioni passate hanno un ampio spazio. Dato che il lavoro con le incarnazioni per molte persone risulta ancora abbastanza spettacolare, tanti dimenticano che la presa di coscienza di precedenti incarnazioni appartiene alla nostra terapia dal punto di vista tecnicoformale e non è affatto fine a se stessa. Rivivere una incarnazione, e basta, non è in sé una terapia - però è possibile utilizzare terapeuticamente questo fatto. Volutamente quindi noi utilizziamo questo metodo non perché riteniamo importante o emozionante sapere chi è stato in precedenza un cliente, ma perché non conosciamo per ora un mezzo migliore per raggiungere gli scopi che ci prefiggiamo.

In questo libro abbiamo spiegato chiaramente e dettagliatamente che il problema di una persona è sempre nella sua ombra. L'incontro con l'ombra è la sua graduale assimilazione e quindi anche il tema centrale di una terapia della reincarnazione. La nostra tecnica consente per altro l'incontro con la grande ombra karmica che supera e sovrasta l'ombra biografica di questa vita. Il confronto con l'ombra in realtà non è facile, però è l'unico modo che porta alla fine alla guarigione, nel vero senso della parola. Sarebbe privo di senso dire di più sull'incontro con l'ombra e la sua assimilazione, perché le profonde verità spirituali non sono descrivibili a parole. Le incarnazioni offrono la possibilità, difficilmente ottenibile con altre tecniche, di vivere l'ombra con piena identificazione e di integrarla nella nostra vita.

Noi non lavoriamo con ricordi: le incarnazioni vengono rivissute e trasformate in esperienze presenti. Ciò è possibile perché non esiste un tempo al di fuori della nostra coscienza. Il tempo è una possibilità di considerare gli eventi. Noi sappiamo dalla fisica che il tempo può essere trasformato in spazio perché lo spazio è l'altro modo di considerare i fatti. Se trasferiamo questa trasformazione al problema delle incarnazioni successive, la successione si trasforma in una situazione parallela, in altre parole: la catena temporale delle vite diviene una serie di vite contemporanee, parallele nello spazio. Sia ben chiaro, l'interpretazione spaziale delle incarnazioni non è né più giusta né più sbagliata del modello temporale - entrambi i modi di considerare sono legittimi e soggettivi modi di consi

derare della coscienza umana (si veda per confronto il concetto di onda/corpuscolo nella luce). Ogni tentativo di vivere la contemporaneità spaziale trasforma di nuovo lo spazio in tempo. Un esempio: in una stanza esistono contemporaneamente, uno accanto all'altro, programmi radio molto diversi. Se vogliamo sentire questi programmi che vengono trasmessi contemporaneamente, dobbiamo sentirli in successione: sintonizzeremo quindi l'apparecchio radio successivamente su diverse frequenze e l'apparecchio ci metterà in contatto coi diversi programmi. Se sostituiamo l'apparecchio radio con la nostra coscienza, avremo la manifestazione di diverse incarnazioni a seconda del modello di risonanza su cui ci sintonizzeremo.

Nella terapia della reincarnazione facciamo in modo che il cliente si sganci dall'attuale frequenza (identificazione attuale), per dare spazio ad altre risonanze. Nello stesso momento si manifestano altre incarnazioni che vengono vissute con lo stesso sentimento di realtà con cui viene vissuta la vita con cui ci si è identificati finora. Dato

che le " altre vite " o identificazioni esistono parallelamente e contemporaneamente, possono essere percepite anche con tutte le percezioni sensoriali. Il " terzo programma " non è più lontano del " primo " o del " secondo programma "; noi possiamo percepirne soltanto uno, ma possiamo benissimo cambiare programma. Analogamente possiamo cambiare la " frequenza della coscienza " e cambiare così la visuale e la risonanza.
Nella terapia della reincarnazione noi giochiamo consapevolmente col tempo. Pompiamo tempo nelle singole strutture della coscienza, e in questo modo esse si gonfiano e divengono visibili, perché in realtà tutto è sempre presente qui e adesso. A volte qualcuno critica dicendo che la terapia della reincarnazione sarebbe un inutile frugare nelle vite precedenti, mentre i problemi debbono essere risolti qui e adesso. In realtà noi abbandoniamo l'illusione del tempo e della causalità e confrontiamo il cliente con l'eterno qui e adesso. Non conosciamo altra terapia che coinvolga allo stesso modo e senza compromessi tutti i piani proiettivi e restituisca al singolo la responsabilità di ogni cosa.
La terapia della reincarnazione cerca di mettere in movimento un processo psichico - e quello che conta è il processo, non la sequenza intellettuale o l'interpretazione del fatto. Alla fine di questo libro parliamo di psicoterapia perché c'è

la diffusa opinione che in psicoterapia si guariscano disturbi e sintomi psichici. Tuttavia nei sintomi puramente somatici si pensa raramente alla possibilità della psicoterapia. Dal nostro punto di vista però la psicoterapia è l'unico metodo che consente di guarire veramente i sintomi corporei.
Il motivo di questo dovrebbe a questo punto essere chiaro. Chi ha capito che in ogni processo fisico e in ogni sintomo si esprime un fatto psichico, sa anche che soltanto i processi legati alla coscienza possono risolvere i problemi divenuti visibili nel corpo. Non conosciamo quindi né indicazioni né controindicazioni per la psicoterapia: noi conosciamo solo persone malate, che presentano sintomi che impediscono loro di guarire. Aiutare l'uomo in questo processo di evoluzione e trasformazione è compito della psicoterapia. Per questo nella terapia facciamo alleanza coi sintomi del cliente e li aiutiamo a raggiungere il loro scopo - perché il corpo ha sempre ragione. La medicina ufficiale fa il contrario: si allea col paziente contro il sintomo. Noi stiamo sempre a fianco dell'ombra e l'aiutiamo a diventare luce. Non combattiamo contro la malattia e i suoi sintomi, ma cerchiamo di utilizzarla come perno per raggiungere la guarigione.
La malattia è la pili grande chance dell'uomo, è il suo bene più prezioso. La malattia è la guida personale sulla via della guarigione. Per raggiungere questa meta vengono offerte molte vie, per lo più difficili e complicate - però la più facile e individuale viene in genere trascurata: la malattia. Questa via non si presta ad autoinganni e illusioni. Per questo è poco gradita. Sia nella terapia che in questo libro vogliamo togliere la malattia dall'abituale visuale e mostrare i suoi veri rapporti con l'uomo. Chi non è in grado di compiere questo passo che lo porta a un diverso sistema di riferimento, è destinato a fraintendere tutto quello che diciamo. Chi però impara a riconoscere la malattia per quello che essa è, cioè come via, vedrà aprirsi davanti a sé un mondo nuovo. Il nostro rapporto con la malattia non rende la vita né più semplice né più sana, deve piuttosto aiutarci a considerare nel modo giusto conflitti e problemi di questo mondo polare. Noi vogliamo distruggere l'illusione di questo mondo conflittuale ed ostile, che per di più afferma che dalle fondamenta della falsità è possibile costruire un paradiso in terra.
Hermann Hesse diceva: " I problemi non si presentano per

arti
bile
bocca
capelli
collo
cuore
denti
fegato
gengive ^
ginocchia
intestino crasso
intestino tenue
mani
muscoli
naso
occhi
orecchie
ossa
pelle
pene piedi
polmoni
reni
sangue
spalle
stomaco
unghie delle mani
vagina
vescica
zona genitale
norme, contatto, te
lidità, radicalibertà
venire risolti, essi sono semplicemente i poli tra i quali si crea la tensione necessaria alla vita ". La soluzione si trova al di là della polarità, ma per arrivarci bisogna unificare i poli, conciliare gli opposti. Questa difficile arte di unire gli opposti riesce soltanto a chi ha imparato a conoscere entrambi i poli. Per far questo bisogna essere disposti a vivere coraggiosamente tutte le polarità e a integrarle. " Solve et coagula ", si legge negli antichi scritti: sciogli e lega. Prima dobbiamo distinguere e sperimentare la separazione e la spaccatura, poi potremo avvicinarci alle " nozze chimiche ", all'unione dei contrari. L'uomo deve prima scendere profondamente nella polarità del mondo materiale, nella corporeità, nella malattia, nel peccato e nella colpa, per trovare nella più profonda notte dell'anima e nella più cupa disperazione quella luce di comprensione che gli consente di riconoscere nella propria via di dolore e sofferenza un gioco significativo che l'ha aiutato a ritrovarsi là dove è sempre stato: nell'unità.

Ho conosciuto bene e male,
peccato e virtù, giustizia e ingiustizia;
ho giudicato e sono stato giudicato;
sono passato attraverso la nascita e la morte,
attraverso la gioia e il dolore, il cielo e l'inferno
e alla fine ho capito
che io sono nel tutto
e il tutto è in me.
Hazrat Inayat Khan

Elenco delle corrispondenze fisiche degli organi e delle parti del corpo
mobilità, flessibilità, attività aggressività disponibilità libertà, forza paura
religione
capacità d'amore, emozione aggressività, vitalità valutazione, concezioni fiducia modestia
inconscio, avarizia elaborazione, analisi comprensione, capacità di azione mobilità, flessibilità, attività potenza, orgoglio, sessualità comprensione obbedienza
solidità, adempimento della norma limitazioni nerezza potenza
comprensione, so mento, modestia contatto, comunicazione vita a due, relazioni sociali forza vitale, vitalità
onestà
sentimento, disponibilità
e dei piedi aggressività dedizione abbandonare la pressione
sessualità